

Kyrkfönstret

DIN TIDNING FRÅN SVENSKA KYRKAN BODEN NR 3 2018

**Frihetens
pris**

**Världen
behöver dig!**

Tema: Familj

Mamma,
pappa, barn,
eller alla
som råkar
bo ihop?
Vår bild av
familjen
förändras
ständigt.



Porträttet:
Uno Svenningsson:
"Mina barn är
himlen
för mig"



Ordets görare

Balans, vishet och mognad

NÄR JAG för första gången läste igenom materialet till detta nummer av Kyrkfönstret slogs jag av att ett genomgående tema för flera av personerna vi möter i artiklarna är förändring. Det fick mig att börja fundera. Hur skulle du definiera dig själv? Som en person med vingar? Eller kanske som någon med rötter? Ofta är det inte enkelt att välja mellan det ena och det andra; mellan stabilitet och förändring.

Livet är ju inte svart eller vitt. Det är fyllt med små omständigheter som leder oss från en plats till en annan. Viktiga ögonblick då vi måste ta mod till oss och välja mellan att stanna eller ge oss av mot nya mål. Som människor måste vi ofta vara kapabla att konfrontera alla situationer som livet ställer oss inför. Ibland kommer livet med bra saker, och ibland med mindre bra.

SJÄLV TROR jag att det är just i balansen mellan stabilitet och förändring som mening- en finns. Personer som endast söker för- ändring kanske aldrig finner frid. Deras liv är istället alltid fyllda med frågor utan svar. Å andra sidan kanske personer som känner behov av stabilitet nöjer sig med ett mindre värdigt liv, bara för att de är rädda för för- ändring. De kanske tror att det är bättre att vara tyst och inte ställa frågor för att slippa upptäcka att det finns alternativ som skulle kunna göra dem lyckligare.

”Livet är ju inte svart eller vitt. Det är fyllt med små omständigheter som leder oss från en plats till en annan.”

DET ÄR nog viktigt att vi tillåter oss själv att känna och uppleva saker med vishet och mognad. Att förstå att livet involverar en serie kontinuerliga och naturliga förändringar. När vi känner lycka måste vi våga anta utmaning- en med stabilitet och plantera våra rötter så att lyckan kan vara så länge som möjligt.

Men om vi senare finner att lyckan har börjat övergå i lidande så får vi också modigt acceptera den verkligheten och flyga därifrån med integritet.

LYCKA ÄR för mig bland det viktigaste i livet, och jag tror att ett hälsosamt liv behöver både vingar och rötter. Nyckeln ligger helt enkelt i att lyckas hitta balansen mellan de två.

*Med önskan om en
fin höst till er alla!*

CAMILLA ARVIDSSON,
KOMMUNIKATÖR 0921-775 32
CAMILLA.ARVIDSSON@SVENSKAKYRKAN.SE



14

Innehåll

- 4 Ordets görare
- 6 En vuxen med tid för de unga
- 8 Världen behöver dig
- 10 **Tema: Familj**
Familjen angår alla
Porträtt:
Uno Svenningsson
En dusch för själen
Tro lika viktigt som medicin
- 25 Frihetens pris
- 26 Efter 16 år väntar ett oskrivet blad
- 28 Reflektioner över skapelsen
- 31 Korsord
- 32 Musikens betydelse i med- och motgång

31



En del av AMOS

amos



Kyrkfönstret

Svenska kyrkan 
BODEN

Redaktör: Camilla Arvidsson **Adress:** KYRKFÖNSTRET, Strandplan 25, 961 34 BODEN
Mejladress till redaktören: camilla.arvidsson@svenskakyrkan.se **Telefon:** 0921-77 532. **Fax:** 0921-77 548
Upplaga: 13 300 exemplar **Foto, förstasida:** Camilla Arvidsson
Webbplats: Svenska kyrkan i Boden: svenskakyrkan.se/boden
Ansvarig utgivare: Sara Grant, sara.grant@verbum.se **Produktion:** Verbum AB **Distribution:** Posten
Tryck: Stibo Complete 2018



FOTO: ANNA BERGSTRÖM

Nya träd på kyrkogårdarna

PÅ LUNDAGÅRDS kyrkogård har det planterats 63 nya björkar som ser ut att ha klarat sig bra. I somras fortsatte arbetet även på kyrkogården vid Överluleå kyrka. Här har 13 björkar tagits ner och 23 nya planterats.

PILGRIMSVANDRING FRÅN SKOGSKAPELLET TILL MARIAKYRKAN.

Vi delar tankar, bibelord och tystnad längs vägen, och avslutar med att fira mässa i Mariakyrkan. Besök Svenska kyrkan i Bodens hemsida för mer information.



*”Allt vad ni vill
att människorna
skall göra för er,
det skall ni också
göra för dem.”*

MATT. 7:12

Övning i höstens tid

SKRIV EN lista över allt som du gör i livet. Försök få med så mycket som möjligt av det som uppfyller tankarna, uppmärksamheten, tiden och ekonomin. Läs Matteusevangeliet 6:25-34. Gå igenom din lista igen och prioritera. Fråga dig varför du inte gör det som är viktigast för dig. Vad hindrar dig?



Svenska Kyrkans Unga är en öppen gemenskap av barn och unga som vill upptäcka och dela kristen tro.

Läs mer och bli medlem på www.svenskakyrkansunga.se



Ordet diakon kommer av grekiskans **διάκονος** (diákonos) som betyder tjänare. Kyrkfönstret träffade två av dessa tjänare för att få veta mer om deras viktiga arbete.

Ordets görare

ANNIKA BERGLUND har jobbat som diakon sedan 2012, Charlotte Unée sedan 1991. Charlotte var församlingspedagog innan hon blev diakon. Annika var socialpedagog. Du känner igen en diakon på att de har en vit krage och gröna skjortor. I motsats till präster som kan ha fler färger på sina skjortor – blå, svart eller grå – är diakonerna evigt gröna. De bär ofta även ett diakonemblem i form av ett kors omslutet av en cirkel, och i mitten av korset en duva med en olivkvist i näbben.

Inom Svenska kyrkan är diakon en del i det tredelade ämbetet, den så kallade vigningstjänsten, tillsammans med biskop och präst. En skillnad mellan diakoner och präster är emellertid att man som diakon inte är garanterad att vigas till sitt ämbete efter avslutad utbildning, utan som diakon viges man till tjänst först när det finns en ledig diakontjänst att tillträda. Diakoner får inte heller förrätta dop, vigslar eller begravningsar, men de får däremot predika under gudstjänsten och leda andakter.

I **SVENSKA** kyrkan i Boden finns just nu fyra diakoner. Förutom Charlotte Unée, som har sin bas i Överluleå kyrka, och Annika Berglund, i Mariakyrkan i Sävast, finns Rickard Fjällström i Rörvikskyrkan på Prästholmen och Susanne Markström i Matteuskyrkan på Torpgården. De har vanliga arbetstider, men om det händer något akut på kvällar, nätter eller helger kan de bli utringda. Charlotte är exempelvis med i kommunens POSOM-grupp som stödjer vid olyckor och katastrofer.

Diakon har traditionellt sett varit ett kvinnoyrke. Från början var alla diakoner sjuksköterskor i grunden. Nu kan man bli diakon utifrån ett bredare spektra av bakgrunder. Teologi eller socialt arbete är



FOTO: JOSEFIN CASTERVÄD

"Första hjälpen vid sorg" ger konkreta tips som gör det lättare att finnas där för någon som sörjer.

exempel på lämpliga bakgrunder. Men alla människor som döps blir allmänna diakoner som ska tjäna Gud, även om man inte har det som yrke.

ANNIKA BERGLUND tar fram sin dator och läser upp en lång lista på vad diakonerna i Boden sysslar med. Alltifrån att gå runt med kaffevagnen på stan till anhörigträffar på äldreboenden, sorgegrupper, Trivselträffar och stickcaféer. Det är ett fritt och mångfacetterat arbete. De finns även på sociala medier.

– Vi ska finnas där de som behöver vår hjälp finns, säger Annika Berglund. Hon talar om ett hårdare samhällsklimat där folk ofta ifrågasätter vilka grupper diakonerna hjälper och varför.

– Men alla vi kan hjälpa ska vi hjälpa så gott det går, säger de båda.

Bodensarna är generellt sett bra på att hjälpa till.

– Se bara på hur folk engagerade sig när det kom många flyktingar 2015, eller i samband med orienteringstävlingen O-ringen 2013.

Diakonerna har ett kall, men även de

● Råd vid sorg

1 Ta ansvar för kontakten. Lägg inte över ansvaret på den som sörjer.

Hör av dig på det sättet du tycker passar och var inte rädd att återkomma en gång till.

2 Bryt tystnaden. Det viktigaste är inte vad vi säger, utan att vi visar att vi är där och tänker på dem. Ibland kan till och med ett sms vara bättre än ett telefonsamtal.

3 Ge utrymme. Att den som sörjer får berätta vad hen känner och tänker på och att man inte själv tar all plats.

4 Ta initiativ. Du kan stötta genom att bjuda på fika, passa barn, eller följa med ut på promenad.

5 Visa närvaro. Var inte rädd att tränga dig på. Visa att du finns där så att den som sörjer inte känner sig ensam och isolerad.

6 Ha tålamod. Sorg påverkar oss alla olika. Det är en process som gör att vi kan bära med oss sorgen under lång tid.

Källa: Svenska kyrkan

kan känna sig otillräckliga. Då kan det vara skönt att få hämta kraft från Gud och från gudstjänsten. De hjälper ofta människor i väldigt utsatta livssituationer, till exempel människor som behöver ansöka om pengar när det inte räcker till.

SJÄLVA HAR de en liten kassa, men de kan inte dela ut några större gåvor. Målet är istället att vara synliga och att de behövande ska känna till diakonerna och veta var de kan vända sig för att komma i kontakt med dem.



– Vi är ordets görare,
säger diakonerna
Annika Berglund och
Charlotte Unée.

”Se bara på hur folk engagerade sig när det kom många flyktingar 2015, eller i samband med orienteringstävlingen O-ringen 2013.”

De samarbetar gärna med andra ideella organisationer. Från Luleå stift finns det pengar att söka för olika samverkansprojekt. Sveriges kristna råd som består av Svenska kyrkan, Equmeniakyrkan och Katolska kyrkan har exempelvis samverkat med polisen sedan 20 år tillbaka. Tillsammans har de tagit fram en utbildning där även praktik hos polisen ingår. Tanken är att som präst, diakon,

eller pastor, bistå polisen både i deras vardagsarbete och vid krissituationer. Här i Boden kommer det att vara Charlotte Unée som blir ”polis-diakon” under hösten, något som hon verkligen ser fram emot.

UNDER HÖSTEN infaller också kyrkans främsta helg efter påsk och jul - allhelgonahelgen. Många människor upplever att det är svårt att veta vad man ska göra när någon i ens närhet sörjer. Många oroas av att de inte vet vad de ska säga eller göra. Diakonerna i Svenska kyrkan har en bred erfarenhet av att hjälpa människor vid sorg, och genom kampanjen ”Första hjälpen vid sorg” vill kyrkorna gemensamt belysa att sorg inte går att bota, men att alla människor kan göra en insats för sin nästa i sorg.

Inne i kapellen på Lundagårds kyrkogård, Skogskyrkogården och i Överluleå kyrka



VILL DU KOMMA I KONTAKT MED DIAKONERNA?

Annika Berglund, 0921-775 42
Charlotte Unée, 0921-775 71
Rickard Fjällström, 0921-775 45
Susanne Markström, 0921-775 49

Diakonerna bär ofta ett särskilt diakonsmycke runt halsen.

kommer därför diakonerna att finnas på plats under allhelgona för den som behöver någon att prata med.

Ute bland folk får diakonerna ofta frågan om de är präster. Präster brukar säga att de är ordet när de predikar.

– Vi är ordets görare, säger Annika Berglund, och Charlotte Unée håller med.

Passande ord som även får avsluta vårt möte med diakonerna för den här gången.

TEXT: JOHAN E. SKOGLUND
JOHAN.SKOGLUND@AMSAB.ORG

Helena Mörk Sunuwar är församlingspedagog i Mikaelsskyrkan.

En vuxen med tid för de unga

I Svenska kyrkan finns en rad yrken som alla är länkar i kyrkans församlingsarbete. Möt en av våra församlingspedagoger, Helena Mörk Sunuwar, som lämnade läraryrket för att arbeta med barn och ungdomar i Mikaelsskyrkan.

– **SOM FÖRSAMLINGSPEDAGOG** arbetar jag med allt ifrån bebisar till konfirmander och ungdomar upp mot 20 år, säger Helena Mörk Sunuwar.

Hon är församlingspedagog i Mikaelsskyrkan i Heden och kommer också att arbeta med Edefors församlings ungdomar.

– Jag har väl alltid haft en fot i kyrkan

med en kristen familj och en mamma som är engagerad i kyrkan i Edefors. I Svartlå där jag växte upp var det också mycket ungdomsverksamhet i Missionskyrkan. Jag konfirmerade mig i Harads och vi hade till och med vår präst Lennart Åström med som enda vuxen på vår skolresa i nian, minns Helena med ett leende.

Hennes väg till pedagog i Svenska kyrkan har kort sammanfattat gått via au pair-jobb på Mallorca, lärarutbildning vid universitetet i Luleå, vilket tog henne till Nepal, där hon mötte kärleken i en guide på Mount Everest. Hon återvände dit för volontärarbete på en skola i Katmandu, innan hon åter landade hemma i Sverige, Stockholm och Boden. I dag bor hon och maken Purna Sunuwar med fyra barn i Svartlå. Här har Helena arbetat som lärare sedan skolan öppnades i privat regi 2008. Hon är fortfarande engagerad i skolans vänskola i Nepal.

Men för snart ett år sedan tog hon ett nytt steg, från det traditionella läraryrket till kyrkan.

– För mig står människan i fokus i kyrkan



Församlingspedagogen sträcker ut en hand till barn och ungdomar i alla åldrar.

”Vårt arbete gör helt enkelt kyrkan till en plats där det alltid finns en vuxen som har tid för barnen, utanför skolan.”

och barn möts i kyrkans lokaler. De kommer både från närområdet och andra områden i Boden. Flera av de föräldralediga åker runt på olika kyrkors aktiviteter och ses flera gånger i veckan på olika platser.

I det barnrika Heden tas de lite större barnen även emot i ”Efter plugget”, ”Tisdags-gänget” och ”Draget”.

– Under hösten ska vi utöka mer med aktiviteter för 13–14-åringarna, som lätt kan bli lite bortglömda i glappet mellan de yngre barnen och konfirmanderna, berättar Helena.

UNGDOMARNA KOMMER till kyrkan och får pyssla, fika, diskutera aktuella ämnen och umgås. Som församlingspedagog är man också involverad i konfirmandgrupperna.

Det finns även planer på att utöka kyrkans ungdomsverksamhet i Heden med familjekvällar där kontakten byggs med fler föräldrar.

– Vårt arbete gör helt enkelt kyrkan till en plats där det alltid finns en vuxen som har tid för barnen, utanför skolan. Alla är välkomna, inte bara de som är medlemmar i kyrkan, säger Helena.

TEXT OCH FOTO: ANNA BERGSTRÖM
NORDSKRIBENTEN@GMAIL.COM

och det känns tilltalande att få ägna sig åt. I lärarjobbet kändes det ibland svårt att ge alla den tid man ville och det är många uppgifter som inte alltid kommer barnen till gagn. Som församlingspedagog finns inga krav på att barnen ska bedömas eller betygsättas, jag ska bara vara en positiv vuxen med tid för barnen.

EN ANNAN skillnad är variationen och bredden inom kyrkan. Hon ingår i ett arbetslag som består av både präst, musiker, församlingssvård och volontärer. Som församlingspedagog arbetar hon med hela spannet från småbarnsgrupper upp till runt 20 år. Vid tidningen Kyrkfönstrets besök pågår de allra yngstas aktivitet, Liten och stor, där föräldrar

● Församlingspedagog

Barn och unga är en prioriterad grupp i Svenska kyrkan. Församlingspedagogen står mitt bland barnen och de unga. Ansvaret för och mötet med barn och ungdomar är centrum i församlingspedagogens yrke. Det kan handla om att finnas med i nätverk, grupper eller konfirmandläger. Att ha kontakt med skolan, samarbetspartners inom kommunen eller ungdomsorganisationer är en naturlig del i uppdraget.

Barn, konfirmander och unga vuxna är målgrupp

Konfirmandarbete är en angelägenhet för hela församlingen och församlingspedagogen har en självklar plats i teamet. Att samarbeta och att hela tiden utveckla lärandet, undervisningen och den sociala gemenskapen hör till de spännande uppgifterna. Arbetet med barn, unga och familjer är andra delar i yrket som församlingspedagogen utformar tillsammans med anställda och medlemmar i församlingen.

Lärande som livsstil

Att vara församlingspedagog handlar om att undervisa, berätta och samtala om tro. Att nå både 6-åringar och 18-åringar med samtal och funderingar om Gud och tro är stimulerande, givande och utmanande. Att ha pedagogiskt ansvar och arbeta med lärande gör att egen reflektion och eget lärande kommer att bli en del av din livsstil.

Källa: Svenska kyrkan



Magen drar ihop sig, hela kroppen skriker att det är fel. Till sist knyter vi näven i byxfickan, och gör oss redo för att säga att nu får det vara nog.

Världen behöver dig!

OCH SÅ väntar vi bara på tillfället att få säga vad vi tycker - samtidigt som vi hoppas att någon annan ska hinna före oss. Hinna före med att säga det vi också vill säga, hinna före med att göra det vi också känner att vi behöver göra. För om någon annan hinna före, så slipper kanske vi. Då behöver kanske inte vi själva sticka ut i mängden, och det vore väl det allra bästa...

Jag tror att de allra flesta av oss känner igen sig i det som just beskrevs. Vi knyter näven i byxfickan, tar sats och sedan blir det inget mer. Kanske för att någon hann före, kanske för att situationen förändrades, men kanske lika ofta för att vi inte riktigt vågar ta ställning, vågar sticka ut hakan och visa alla andra, hela världen, vad just vi tycker.

MÄNNISKAN BESKRIVS i bibelns olika böcker som den mest fullkomnade skapelsen på vår jord. Människan får ansvar, får möjligheter, och kallas skapelsens krona. Vi människor, du och jag, har till skillnad från allt annat skapat möjligheten att välja, och välja på olika sätt beroende på vad vi tycker, anser och känner. Långt ifrån allt som vi väljer sker efter en djupgående analys, eller utifrån enbart rationella fakta. Lika ofta - om inte oftare - så känner vi vad vi anser vara rätt och fel. Någon skulle kanske säga att det är den känslan som kallas samvete.

Andra skulle säga att det handlar om att se vad som är bäst för en grupp, eller för så

”Det betyder i slutändan att valet att agera och handla är ditt eget. Ingen annan kan göra det du behöver göra.”

många som möjligt. Oavsett vilket, så är det viktigt att vi behåller kontakten med just detta samvete, denna inre kompass. Den kontakten är nämligen det som gör oss till just den skapelsens krona som vi alla är formade att vara.

ÅSIKTER, KÄNSLOR och tankar om vad som är fel eller rätt. Det är gott att de finns i oss människor, men lika viktigt är att det inte bara stannar vid tankar, eller känslor, när vi möter vardagen och lyssnar in vår inre kompass. Det finns en förlängning på allt som rör våra samveten. Den förlängningen är engagemang och handling. Vår lutherska kyrka har med envishet gått emot allt vad gärningsrättfärdighet heter.

Det är inte så att det vi gör kan göra oss rättfärdiga inför Gud. Sant och visst. Det betyder å andra sidan inte att vi inte ska göra

något alls. Tvärtom ska vi vårda vårt samvete, och låta samvetets röst tala till oss på ett sätt som gör att vi kan höra den. Ytterst sett är det nog Gud själv som talar genom sin heliga Ande.

DET BETYDER i slutändan att valet att agera och handla är ditt eget. Ingen annan kan göra det du behöver göra. Ingen annan kan ta ställning åt dig. Det är du som måste ta ställning. Det är du som behöver lyssna in vad du känner och anser.

Och det är du som till sist behöver omsätta allt det i handling och stå upp för det du anser är rätt och riktigt. Stå upp för det goda, eller för det du känner kommer att leda till det goda.

Så knyt inte bara handen i byxfickan.

Var frimodig och sätt ord på din åsikt, ord på vad du står för, och våga formulera det inför andra. För när du gör det kan du lita på att Gud går med dig. Du, skapelsens krona, ta din kallelse på allvar. Lyssna till ditt samvete och gör skillnad. I det stora och i det lilla - världen behöver dig!

Öppna mig för din kärlek. Världen behöver mig. Världen behöver din kärlek, strömmande genom mig.

Psalm 96

En hälsning i valtider från

HANS JOHANSSON, DIN KYRKOHERDE
I SVENSKA KYRKAN I BODEN

HANS.JOHANSSON@SVENSKAKYRKAN.SE

Speciellt för dig som läsare av **AMOS!**

14 dagars 4-stjärnig studieresa till Indien

Magiska palats, heliga elefanter & de 6 mest berömda UNESCO-världsarven!

Pris för AMOS läsare

Normalpris **17990,SEK²**

Prisfördel **10000,SEK²**

Från endast **7990,SEK¹** p. pers.

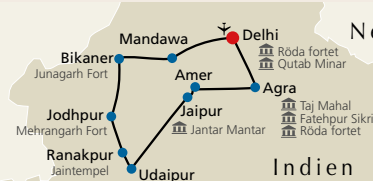
Taj Mahal (UNESCO)

En av skandinavernas mest populära långresor!³ – Inklusive spektakulärt utflyktsprogram med bl.a. de 6 UNESCO-världsarven!

Qutab Minar, Delhi (UNESCO)

Jaintempel, Ranakpur

Röda fortet, Agra (UNESCO)



4-stjärniga hotell

Inkluderat i priset:

(Prisexempel vid bokning av tjänsterna separat hos andra tjänsteleverantörer²)

+ Flyg tur och retur till/från Delhi med välnummerat flygbolag⁴ inkl. hotelltransfer, flygskatt och säkerhetsavgifter **4450,- SEK²**

+ 12 övernattningar i dubbelrum på utvalda 4-stjärniga hotell (nationell kat.) 12x riklig frukostbuffé **7860,- SEK²**

+ Fascinerande studieresa med Indiens mest berömda höjdpunkter. Rundresa i vår moderna resebuss med A/C och fackutbildade engelsktalande guider. Se fram emot ett spektakulärt utflyktsprogram med bl.a. de 6 mest berömda UNESCO-världsarven. **5680,- SEK²**

+ 24 timmars läkarjour

Totalt per person **17990,- SEK²**

Prisfördel per person **- 10000,- SEK²**

Förmånspris per person från endast **7990,- SEK¹**

Inklusive spektakulärt utflyktsprogram:

- **New Delhi:** Fascinerande stadsrundtur i Indiens huvudstad med triumfbågen India Gate, den 73 meter höga minareten Qutab Minar (UNESCO-världskulturarv) och Rashtrapati Bhawan, den indiska presidentens imponerande residens.
- **Mandawa & haveli:** Före detta handelsstad på den berömda Sidenvägen med praktfulla, palatsliknande hus, de s.k. havelis.
- **Bikaner & Junagarh Fort:** Bikaner finns Nordindiens mest intressanta fort – Junagarh Fort.
- **Jodhpur & Mehrangarh Fort:** Ökenstad med 1 mil lång stadsmur, klocktorn, gammal marknad och det imponerande Mehrangarh Fort.
- **Ranakpur & Jaintempel:** Tempel som har över 1000 pelare är ett av Indiens viktigaste tempel.
- **Udaipur:** Sevärdheter i en av Indiens vackraste städer är bl.a. den magiska trädgården Sahelion-ki Bari, stadspalatset vid Picholasjön och Jagdishtempel.
- **Jaipur:** Huvudstaden av delstaten Rajasthan med många palats och fort som t.ex. Vindarnas palats, Amber Fort och Jantar Mantar (UNESCO-världskulturarv).
- **Fatehpur Sikri (UNESCO-världskulturarv):** Mycket välbevarad före detta huvudstad i Mogulriket som grundades på 1500-talet.
- **Taj Mahal (UNESCO-världskulturarv):** Indiens mest kända byggnad uppfördes som mausoleum till den persiska prinsessan Mumtaz Mahal.

Mausoleet i vit marmor byggdes av ca 20000 arbetare på 22 år.

• **Agra & Röda fortet (UNESCO-världskulturarv):** Den imponerande fästningen Röda fortet byggdes av Akbar den store i synhåll av Taj Mahal som nytt residens.

• **Delhi, Röda fortet (UNESCO-världskulturarv):** Stadsrundtur genom det "gamla" Delhi med Röda fortet i Delhi, Indiens största moské Jamma Masjid och minnesmärket Raj Ghat, som påminner om mordet på Mahatma Gandhi.

Extratjänster till förmånspris:

Kulturpaket: I paketet ingår alla inträden och guideade turer vid sevärdheter på engelska enligt program samt de tre spännande utflykterna "Indisk folklöskväll med åkning i kamelvagn och folkdans Rajasthan", "Rikshatur i Jaipur" och "Båttur på Picholasjön": endast 1990,- SEK per person.

Matpaket: I paketet ingår komfortabel halvpension, d.v.s. 11x riklig middag: endast 1490,- SEK per person.

Enkelrumstillägg: 3990,- SEK per person (med reservation för tillgänglighet)

Kundernas bedömning
★★★★★
Pålitlighet | Vänlighet | Kompetens
Interjuv med 4035 personer genomförd av TSS RSD i 01/2018
→ Testresultat: 5- (5 är högsta betyg)

Resmånadert	September 2018 (21. – 28.9.)	Oktober 2018 (4. – 12.10.)#	Oktober 2018 (18. – 26.10.)	November 2018 (1. – 15.11.)	November 2018 (16. – 29.11.)	Februari 2019 (23.2.)#	Mars 2019 (2. – 23.3.)	April 2019 (6. – 27.4.)#	Maj 2019 (4.5.)	Maj 2019 (18. – 25.5.)
Säsongstillägg per pers	500,- SEK	1000,- SEK	1500,- SEK	2000,- SEK	2500,- SEK	2000,- SEK	1500,- SEK	1000,- SEK	500,- SEK	0,- SEK

Vårt förmånspris för dig som läsare av AMOS från endast

7990,SEK¹

per person

istället för **17990,SEK²**

Prisfördel

- 10000,SEK²

Flygplats	Göteborg	Köpenhamn	Stockholm
Flygplatstillägg per pers	0,- SEK	500,- SEK	600,- SEK
Avgångsdagar	lör	lör	lör

För att kunna resa till Indien behöver svenska, norska, finska och danska medborgare en avgiftsbelagd visering. Du kan ansöka om ett "e-Tourist Visa" på <https://indianvisaonline.gov.in/visa/>. E-viseringen ger rätt till en enda inresa och är giltig i 30 dagar fr.o.m. ankomsten till Indien. Handläggningstiden för kompletta ansökningar som lämnas in vid disken på ambassadens viseringscentrum är ca 5 arbetsdagar för svenska pass och ca 10 arbetsdagar för icke-svenska pass. Handläggningstiden för ansökan som skickas via post är minst 10 arbetsdagar. Svenska pass skall vara giltiga i minst 6 månader efter inresan och ha minst två blanka sidor. Danska pass skall ha 2 blanka sidor och vara giltiga i minst 4 månader efter att viseringen som ansöks går ut. Norska pass skall ha två blanka sidor och vara giltiga i minst 6 månader efter utresan. Finska pass skall ha två blanka sidor och vara giltiga i minst 6 månader efter det planerade datumet för inresan. Turistviseringen gäller i max 6 månader fr.o.m. ansökan och kan inte förlängas. För danska, norska och finska medborgare samt medborgare i andra länder rekommenderar vi att man frågar om de gällande inresebestämmelserna på Indiens ambassad. Eventuell vård kan bli dyr så man bör ha en giltig rese- och sjukförsäkring.

holiday tilläggskostnad p.p.: 450,- SEK.

1 Det annonserade priset på 7990,- SEK gäller endast vid avresa under 25.05.2019 från Göteborg. Vid andra avresedatum gäller säsongstillägg som anges i tabellen. Resan gäller endast för adressatens och myndiga medföljande personer. För ytterligare information om TSS:s gällande res villkor, se webbsidan www.tss-travel.se eller ring arrangörens hotline. Information: Vid emottagande av skriftlig bekräftelse förfaller 20 % av resepriset till betalning. Betalning av återstående belopp: senast 35 dagar innan avresa. Bilderna i reklamprospektet är exempelbilder. Med reservation för tyckfel och fel. Flygplatser tar ut flygplatstillägg för resenärer. Beloppet beror på flygbolagens transportkostnader, och dessa kostnader beror i sin tur på pris- och avgiftsutformning av flygplatsoperatörerna. Maximal gruppstorlek: 36 personer. Ej lämpligt för personer med begränsad rörlighet. OBS! Minimitalet deltagare är 15 personer per resedatum. Annullering senast 20 dagar innan avresa ifall minimitalet resenärer inte nås. Vänligen observera att reseförloppet kan ändras av organisatoriska skäl eller på grund av väder.

2 Prisexemplet baseras på pris för en resa som äger rum från 25.05.2019 – 07.06.2019 och har beräknats den 10.08.2018 på allmänt tillgänglig information på följande hemsidor: Flyg tur och retur Göteborg – 25.05.2019 – 07.06.2019 på www.turkishairlines.com (den billigaste flygturen för angivna datum), transfer flygplats – Delhi – flygplats på www.holidaytransfers.com. 12 övernattningar inkl. frukost: Hyatt Place Delhi (2 nätter), Sara Vilas Hotel (1 nätter), The Park Paradise (1 nätter), Zone by the Park Jodhpur (2 nätter), Trident Udaipur (2 nätter), ITC Rajputana Jaipur (2 nätter), Hotel Clarks Shiraz Agra (1 nätter), Holiday inn new Delhi (1 nätter) på www.booking.com. De nämnda hotellerna är exempel. Resan innehåller inte nödvändigtvis dessa hotell.

3 TSS Travel Service Scandinavia AS och RSD Reise Service Deutschland ingår i en europeisk reseföretagskoncern som arrangerar resor för resenärer från ett flertal europeiska länder. Observera: Undersökningen har genomförts med resenärer som reste med RSD och med TSS Travel Service Scandinavia AS år 2017. Kommentarer kommer från kunder som har rest med vår företagskoncern.

4 T.ex. Emirates (ett av världens bästa flygbolag) eller Turkish Airlines (Sky Trax World Airline Award 2011 – 2016 för bästa europeiska flygbolag) med byte i Istanbul tur och retur till/från Delhi

De kombinerade resestjänsterna du erbjuds utgör en paketresa i den mening som avses i direktiv (EU) 2015/2302. Därför omfattas du av alla EU-rättigheter som gäller för paketresor. TSS Travel Service Scandinavia AS kommer att ansvara fullt ut för att paketresan som helhet följs korrekt. Dessutom har TSS Travel Service Scandinavia AS, enligt lag, ett skydd för att återbetala dina betalningar och, när transport ingår i paketresan, säkerställa din hemtransport om det eller de hamnar på obestånd. TSS Travel Service Scandinavia i Sverige har ställt statlig resegaranti hos Kammarkollegiet. Arrangören förbehåller sig rätten att göra ändringar på uppgifter i broschyren. Sådana ändringar ingår i avtalet med resenären om resenären har fått information om ändringen innan avtalet ingåtts.

Din fordelskod! **AMOS66411**

Ring kostnadsfritt nu för att säkra ditt avresedatum:

0200 122 091

Måndag till fredag kl. 9.00 – 18.00, lördag kl. 9.00 – 15.00
Researrangör: TSS Travel Service Scandinavia AS, filial Sverige;
Kreajren 2, Östermalmstorg 1, 114 42 Stockholm



Familjen a

Alla som bor under samma tak, eller bara de med blodsband? Flera generationer på en gång, eller bara den närmsta kärnan? Vad vi ser som en familj förändras hela tiden, men någon form av gemenskap är vi alltid ute efter.

TEXT: HANNA WALLSTEN ILLUSTRATION: MARTINA A TODOROVA

FRÅN BÖRJAN var det så enkelt. Ordet familjs ursprung finns i latinet och betyder ungefär alla tjänarna i ett hus. Alla som bor och arbetar tillsammans är alltså en familj. Men de senaste århundradena har det krånglat till sig. Vi arbetar numera oftast på ett ställe, tillsammans med en grupp människor, och bor på ett helt annat ställe. Vi kan bo tillsammans med många, bara någon eller helt själv.

Vi kan dessutom ha barn och syskon som bor varannan vecka hos någon annan. Familjen har spritt ut sig. Något som skapat oro. Inte minst bland kyrkans företrädare.

När industrialismen kom till Sverige började människor lämna sina gamla gemenskaper, det där huset där alla arbetade och bodde tillsammans. Unga män och kvinnor flyttade till städerna för att arbeta. De bodde själva eller tillsammans i grupper. Men det som oroade de svenska prästerna var att de bodde utan sina chefer. Vem skulle se till dessa unga arbetare? Vem tog ansvar för deras väl och ve?

Svaret blev samhället. Skyddsnät i form av socialförsäkringar och föräldraersättning byggdes upp. Men familjen bestod. Människor tycks vilja leva i små familjegemenskaper där vi har koll på varandra.



Gunnar Andersson.

GUNNAR ANDERSSON är professor i demografi och föreståndare för Stockholms universitets demografiska avdelning.

Enligt honom har familjen i Sverige haft en rätt homogen sammansättning över tid.

– Mamma, pappa och två barn har varit vanligt länge. De flesta vill ha barn och här är det möjligt att kombinera den önskan med arbete. Många vill ha två barn för barnens skull. Tvåbarnsnormen finns i många

länder men verkar vara extra stark i Sverige. I dag är det vanligast att skaffa ett tredje barn om de första två har samma kön.

Väldigt traditionellt alltså. Trots ett sekulariserat och individualistiskt samhälle fortsätter vi att bygga våra familjer enligt mönster som varit norm i århundraden. I dag behöver

vi inte satsa på jättemånga barn för att garantera att två av dem lever ända upp i vuxen ålder. Därför är stora familjer inte lika vanligt som under den period då allt fler barn började klara sig.

Finns det något som antyder att vi kommer göra annorlunda i framtiden?

– Nej, de grundläggande mönstren har varit stabila även historiskt. Så stor skillnad tror jag inte det blir. Men det finns en större acceptans för variation, konstaterar Gunnar Andersson.

Sverige har unika register över familjer genom århundraden tack vare kyrkobokföringen. Gunnar Andersson har lett forskningsprojekt som till exempel handlar om styvbarn och omgifte i ett historiskt perspektiv.

– Omgifte förekom ofta historiskt. Men förr var det inte på grund av att de vuxna inte ville leva tillsammans längre, utan på grund av dödsfall.

NÄR DÖDLIGHETEN minskade blev kärnfamiljen vanligare. 1950- och 60-tal var kärnfamiljens gyllene epok. Under 1970-talet blev Sverige ett föregångsland i att bilda familj utan äktenskap, att skilja sig och bo ihop i olika konstellationer.

– I dag är styvfamiljer vanligt igen. Men sedan slutet av 1990-talet har äktenskapstrenden gått upp, i något förändrad form. Vi gifter oss senare i livsrytmen, efter att vi fått barn, berättar Gunnar Andersson.

Han har också studerat samkönade pars familjebildning och även hur invandrare påverkas av den nya kulturen.

– När Sverige antog en könsneutral äktenskapslag sa många internationella kritiker att det skulle innebära äktenskapets sammanbrott. Men tvärtom har äktenskapen ökat.

Gunnar Andersson tror att det kan bero på att äktenskapet i debatten fördes fram som något eftersträvänsvärt.

SÄKER PLATS

Vem som har juridiskt ansvar för att ett barn får god omvårdnad bestäms i lagen, föräldrabalken. Hur man själv definierar sin familj kan inte lagen bestämma. Den traditionella familjen är inte alltid tryggast.

ngår alla

FORTS. ➡

”Mamma, pappa och två barn har varit vanligt länge. De flesta vill ha barn och i vår kontext är det möjligt att kombinera den önskan med arbete.”

Även barnafödandet ligger högt i Sverige jämfört med andra länder med ungefär samma levnadsstandard. Gunnar Andersson tror att det beror på att vi har en bredare syn på familjebildning.

– I länder där man bara har en enda modell för familjebildande har man väldigt lågt barnafödande. I de nordiska länderna där familjen kan se ut på olika sätt är fruktsamheten högre.

Vår norm påverkar även nya svenskar. Även om större familjer är vanliga i ursprungsländerna, tenderar invandrare att stanna vid två barn.

– Därmed är det ganska tydligt att kultur inte påverkar människor lika mycket som praktiska omständigheter i samhället. Det handlar mycket om ekonomi, möjligheter att arbeta och leva med barn.

SÅ NEJ, familjen är inte en privat angelägenhet i Sverige. Det konstaterar även Gunilla Hallonsten, utvecklingschef för Svenska kyrkan.

– Vi har en stark individualistisk norm som säger att en ska få leva i den familjekonstellation en vill. Samtidigt styr samhället genom exempelvis föräldraersättning och tillgång till förskolor, hur och vem som är hemma. I Sverige har vi också subventionerad ungdomsrådgivning och preventivmedel för att bland annat reglera och minska antalet aborter.

Svenska kyrkan är en del av det svenska samhället och har nya ritualer till nya familjenormer. I dag skiljer sig många, vilket påverkat hur kyrkan tolkar äktenskap.

– I vigningslöftena i dag uttrycker paret en vilja att leva tillsammans hela livet.

GUNILLA HALLONSTEN är bekymrad över att en del grupper i samhället argumenterar för en slags privatisering av familjen.

– Populistiska och nationalistiska rörelser anser ofta att familjen är en privat angelägenhet där kvinnan står för reproduktion. De försöker stärka traditionella könsroller: ett heterosexuellt par där kvinnan förväntas stanna hemma. Med en sådan familjepolitik blir kvinnan ekonomiskt beroende och har svårt att lämna relationen även om det förekommer våld.

Gunilla Hallonsten har bott och arbetat i södra Afrika i perioder. Dessutom rör hon sig i sammanhang där kyrkor från hela världen träffas och diskuterar viktiga frågor. Bland dem finns olika bibelsyn och olika traditioner, men det som mer än något annat styr kyrkornas inställning till familjebildning är den kultur kyrkan är en del av.

– I stora delar av Afrika finns ett parallellt traditionellt rättssystem som reglerar allt som har med familj att göra. Kyrkorna



SÅ HAR VI DET

Gunilla Hallonsten

Gör: Utvecklingschef för Svenska kyrkan.

Familj: Jag är gift med en man.

Jag har fyra barn.

Hos oss har det också bott ungdomar i perioder för att de behövt det. Därtill kommer en stor släkt och familjesamhörighet med många människor runt om i världen.

Gunnar Andersson

Gör: Forskare i demografi.

Familj: Jag har bara mig själv att hålla ordning på.

Hanna Wallsten

Gör: Författare och journalist.

Familj: Jag är gift med en kvinna. Vi har två barn.

Privat var vi ju redan en familj, skriver Hanna Wallsten. Att någon skulle göra den giltig var en märklig känsla.

driver där en traditionell familjesyn på grund av det juridiska systemet. När man börjar diskutera ingående med teologer är frågorna alltid mer komplexa.

För några år sedan var många kyrkor upprörda över att Svenska kyrkan ville tillåta samkönade vigslar.

– Svenska kyrkans beslut togs i demokratisk ordning på ett kyrkomöte. Det hade förberetts i åratal, både teologiskt och ekumeniskt.

En del kyrkor menade att detta var slutet för kristenheten i Sverige.

– Lutherska kyrkan i Etiopen ville som en konsekvens inte ha nattvards- eller predikogemenskap med oss längre.

Men samtidigt fanns många kyrkor runt om i världen som välkomnade beslutet.

– Det finns en förväntan från en del kyrkor att Svenska kyrkan ska gå före i de här frågorna. Vi är en resursstark kyrka i ett samhälle med stor acceptans för hbtq-personer och mänskliga rättigheter. En del kyrkor har tagit samma beslut, som lutherska kyrkan i USA, säger Gunilla Hallonsten.

MIN EGEN familj består av mig, min fru och våra två barn. När vi fick vårt första barn hade samkönade par nyligen fått rätt att skaffa barn tillsammans i Sverige. Det innebar en del byråkrati. Min fru var till exempel tvungen att adoptera våra barn. Så är det fortfarande, men socialsekreteraren, som kom hem till oss då var väldigt ovan. Det hela kändes märkligt. Vi var redan mammor. Min fru var inte mindre förälder än jag. Ändå skulle hon godkännas av en person som vi aldrig träffat.

Det handlade såklart om det offentliga. Vi ville båda vara föräldralediga och därför var det bråttom, annars skulle det bli krångel med ersättning till min fru. Saker som arvsrätt och lagligt ansvar stod också på spel, men det kändes förstås mer avlägset just då.

Men det som kändes mest, och som trängde sig in under huden, var känslan av att vår familj måste bli giltig i andras ögon. Privat skulle den ju fortleva även utan socialsekreterarens rekommendationsbrev till tingsrätten. Vi var redan en familj. Men det är först när en familj gäller i alla andras ögon som den räknas på allvar. För familjen gäller alla. *

Gammal gemenskap på nytt sätt

Om familjen inte finns där naturligt, av vilket skäl det nu må vara, kan det vara svårt att hitta ett annat sammanhang som känns självklart. I den moderna världen kan det till och med vara så att personer på egen hand, eller samhället i stort, får skapa platser där människor kan mötas.

1100 m²

... stort är kollektivet K9 på Östermalm i Stockholm. Den stora ytan är spridd på fyra våningar i ett och samma hus, och nästan hälften är gemensamma ytor som soffhäng, gym, kök och jobbplatser. Däremot är de personliga utrymmena minimala. De största rummen är på 25 kvadrat och de minsta bara fem. Med rätt gemenskap i övrigt behöver man inte så stort utrymme, menar de som testat boendet.

– I Stockholm bor man i snitt på 51 kvadrat och här bor varje person på 20 kvadrat i snitt. Vi menar att man kan minska boendet med 60 procent, men ändå öka välmåendet med gemenskap, säger Lisa Renander som är kollektivets grundare.

By för ensamma

Människor blir sjuka av ensamhet. Saknar man en egen familj, är det lätt att hamna utanför när jämnåriga börjar skaffa barn och blir upptagna av sitt eget livspussel. I staden Frome i England startade läkaren Helen Kingston projektet "Medmänskliga Frome", för att fånga upp människor som egentligen inte behövde sjukvård – bara sällskap.

Hon utbildade 500 frivilliga som i sin vardag redan träffade mycket folk, bl a frisörer, kaféägare, skolanställda, butikspersonal och pubanställda. De i sin tur började prata med alla de mötte, för att fånga upp de som mådde dåligt av sin isolering.

– Människor fick kontakt, en gemenskap, och effekten blev omedelbar, berättar Helen Kingston.

Färre människor sökte sig till vården, och allt fler gick med i de olika gemenskapsgrupperna, som en lunchgrupp, en kör, mansträffar, bridgekvällar.

För varje pund som satsades på projektet sparade sjukvården sex pund, beräknar Helen Kingston.

Gammal och ung

I Storbritannien, Japan och Frankrike har det sakta blivit allt mer populärt att föra samman grupper med små barn och äldre för olika aktiviteter.

Grundtanken är forskning som påbörjades redan på 50-talet, och går ut på att vuxna har ett djupt mänskligt behov av att dela med sig till yngre generationer. Genom att föra samman förskolor och äldreverksamheter får de äldre en uppgift, i stället för att stagnera.

Det behöver inte vara så avancerat som den stad i New Jersey där de gamla och unga bildat en orkester (!), utan att läsa en bok eller spela ett spel kan vara fullt tillräckligt. Men det är inte bara att lägga ett äldreboende och en förskola i samma byggnad, förklarar Catrin Hedd Jones, som är forskare i demens vid Bangor University i Wales.

– För att de två grupperna verkligen ska bygga en relation med varandra, krävs det att aktiviteterna är genomtänkta så att de passar alla.

FOTO: PBS/HUMANITAS



Sällskap och studier

Den holländske studenten Onno Selbach tröttnade på sin trista studentkorridor i staden Deventer och såg sig om efter någon annanstans att bo. Efter ett samtal till det lokala ålderdomshemmet Humanitas föddes en strålande idé: Studenter från universitetet får bo gratis på äldreboendet, mot att de ägnar en viss tid varje månad åt att umgås med de äldre. Det handlar om att titta på tv ihop, lära ut ny teknik, äta middag, fira födelsedagar och – kanske viktigast av allt – hålla dem som är ensamma eller sjuka sällskap.

Studier har visat att när isolering och ensamhet bryts, blir de äldre både friskare och lever längre.

– Studenterna för in omvärlden i det dagliga livet, och det finns så mycket värme i kontakten mellan de äldre och yngre, säger föreståndaren Gea Sijpe.



”Mina barn är himlen för mig”

Hans låtar lever sitt eget liv, inte minst *Under ytan*. Nu har turnerande **Uno Svenningsson** släppt en ny platta med både nya och gamla tolkningar av andras låtar. Vi har hälsat på hemma i Stenungssund och pratat religion, musik som terapi och vad som egentligen finns där – under ytan.

TEXT: HANNA WELIN FOTO: JOI GRINDE

IETT TRÄHUS från förra sekelskiftet står Uno Svenningsson och fipplar med en krånglande espressomaskin. Köket luktar mysk från tända värmeljus och ett fat med wienerbröd och kolakakor väntar på bordet. Bara kaffekapslarna strular.

– Det gäller att inte stressa upp sig för de små sakerna.

Han säger det till sig själv. För hela det senaste året gått i ett. Egna spelningar och turnéer, medverkan i senaste Så mycket bättre och arbetet med nya skivan. Men han klagar inte.

– När man har ynnesten att få hålla på med något som från början var ens hobby gäller det att inte bli blasé. Du behöver göra nya grejer.

UNO SVENNINGSSON och bandet Freda' slog igenom 1986 med låten *Vindarna*. Tio år senare gick Uno vidare som soloartist. Nästan

”Jag fick med mig en sorts lågmäld syn på tillvaron där inget var märkvärdigt eller haussades upp.”

hela sitt vuxna liv har han varit en framgångsrik låtskrivare och musiker.

– Nu är jag i slutspurt av en fantastisk sommarturné som följde på den fullsatta vårturnén. Det är så roligt att spela, träffa folk och njuta av Sverige när det är som finast. Trots att jag har hållit på så länge finns det ställen jag får upptäcka för första gången.

Uno Svenningsson växte upp i en liten by utanför Gnosjö, känd för sin flitiga Gnosjöanda. Mamman jobbade inom hemvården, pappan drev ett åkeri.

– Jag fick med mig en sorts lågmäld syn på tillvaron där inget var märkvärdigt eller haussades upp. Du skulle vara ödmjuk och ha fötterna på jorden. Mer ”det blir väl bra det här” än ”fantastiskt”.

FAMILJEN VAR frireligiös och en del av 60- och 70-talets väckelserörelse. Sanningen var orubblig och kunde inte motsägas. Han hade det bra, säger han, men som tonåring blev det svårt att få ihop alla uppsatta förbud och krav med de egna tankarna och drömmarna. Konflikterna skavde inom honom.

– Det var många tabun på den tiden, och de var så löjliga. När jag blev något äldre insåg jag att livet innehåller så mycket mer och ville inte förneka alla de olika behov man har som människa. Men eftersom jag växte



upp i den här kulturen var jag lite vilsen. Det tog tid för mig att hitta min egen identitet.

Är du troende i dag?

– Det är en bra fråga. Ärligt talat funderar jag inte så mycket på det, även om jag ju har det i blodet. Jag har så fullt upp med att vara människa. Det är helt enkelt en fråga som har låg prioritet på något sätt. Jag är i kyrkan ibland, men för det mesta är det när jag ska spela där. När jag växte upp var Jesus, himlen och helvetet sanningar. I dag tänker jag att det inte gör något om det inte finns en himmel. Min pappa gick bort för fyra år sedan, men han finns kvar, inom mig. Själv har jag mina två barn.

– Men finns det nu ändå en himmel hoppas jag att det är fint väder, säger han – och skrattar.

– Det är klart att man ska ta livet på allvar, men man behöver heller inte bli alltför seriös. Så känner jag i alla fall för egen del.

MEN, SÄGER han efter en liten stund, han hörde en gång en forskare berätta att sekulariserade svenskar utomlands nästan kan betraktas som lite knäppa när de säger att de inte har någon tro.

– Det finns nog en stor okunskap om religionens betydelse. För katoliker, exempelvis, spelar traditionerna och ritualerna stor roll, det är nästan en livsstil som kanske är svår att förstå för många svenskar.

I dag, när du ser tillbaka, finns det någonting du fick med dig från din barndoms kyrka som du är glad över?

– En positiv syn på människan. Att alltid vara nyfiken på den andre, se personen och inte kränga till det så mycket. Mina föräldrar var alltid väldigt goa. Exempelvis lät min pappa några ungdomar som hamnat i utanförskap hänga i vårt garage och mecka med sina fordon. Det där har jag tagit med mig. Allas lika värde, att man ska vara snäll.

Är du snäll?

– Ja, på något sätt är jag väl det, det skulle jag ändå vilja säga. Snällhet är en under-skattad egenskap idag. Ibland förknippas snällhet nästan med att vara lite dum, att bli utnyttjad. Men för mig betyder det att du är vänlig mot andra.

FÖR UNO är musiken en nödvändighet. Men det är också ett sätt att vara snäll, i bemärkelsen att kunna nå fram till andra – med såväl glädje som tröst. Inget berör honom



FREDA'

slog igenom 1982. Bandet gjorde succé med låtar som "Vindarna" och "Det som gör mig lycklig". Många menade att Unos röst var en bärande faktor bakom framgångarna. Freda' spelade ihop i tio år, fram till 1993, sedan bröt Uno med bandet, flyttade med familjen till västkusten och satsade på en solokarriär.

Han hoppas att hans musik ska nå fram till andra med tröst och glädje. För många har hans låtar betytt mycket.

mer än när han får höra hur mycket hans låtar har betytt. Som den unga tjejen som kom fram efter en spelning för ett par år sedan.

– Hon berättade att hon hade gått igenom något riktigt tufft. Hennes pappa hade då gett henne en platta med tolv spår.

Han gör en kort paus, sväljer.

– Alla tolv visade sig vara samma låt: *Andas genom mig*, säger han och torkar bort tårarna som ändå trängt sig fram under glasögonen.

JUST DEN är skriven som ett brev till tonåringar. Uno hade läst en tidningsartikel om den ökande psykiska ohälsan bland unga. Han påmindes om vilken roll musiken hade när han själv mådde dåligt i den åldern. Och han visste vad han ville säga: Våga prata med någon! Fyra minuter av träffande text och musik kan slå vilken terapiesession som helst.

– Jag är tacksam för att jag har fått den här chansen, att jag gör låtar som berör. Ibland skriver jag om något jag själv upplevt, ibland om något jag sett eller hört. För vi människor är ganska lika.

Som barn fick han lära sig att finna trygg-

het i bönen, att gå in i sig själv och sina känslor.

– Kanske har det spelat roll för mitt sätt att skriva raka, känslomässiga texter. Nästan allt jag gör måste botten i mig själv.

Även för egen del fungerar musiken som en känslöventil, säger han. Ord, hela meningar eller slingor poppar ständigt upp i hans hjärna och han antecknar eller spelar in dem på telefonens röstmemo. Samlingen av lösa strofer blir till en bank han kan plocka ur för att sammanfoga bitar och lägga pussel till nya låtar. Ofta får familjen agera bollplank.

– Min fru Carina är en fena på texter och har hjälpt mig många gånger. Och barnen säger alltid precis vad de tycker.

YNGSTE SONEN har just börjat gymnasiet inne i Göteborg, den äldste har flyttat hemifrån och är nu anställd inom Försvarsmakten. Uno fiskar fram sin mobil och sätter på en låt.

– Lyssna här, det är Mark, min stora son, som har gjort musiken. Hör du vilken röst han har?

Killen kan sjunga, alldeles uppenbart.

– Det här är något helt nytt, han började för tre månader sedan. Jag har såklart hört honom sjunga förut, men då bara inifrån pojkrummet medan jag har stått i köket och lagat mat.



Ord och fraser poppar upp i hjärnan och skrivs ner. Det blir en bank av strofer som tillsammans bildar nya låtar. Hustrun Carina är "en fena på texter" och får ofta agera bollplank.

Hur gör man som pappa när man själv är både sångare och låtskrivare för att uppmuntra sina barns musikskapande, utan att det blir kravfyllt? Uno berättar att han aldrig tjuvat om att de ska spela något instrument eller hålla på med det han gör. Istället ställde han in en bas och en gitarr i pojkrummet utan att kommentera det.

– Men ingen av dem har lärt sig spela. Annat än på datorn då, uppenbarligen, säger han med en nick mot mobilen.
– De har det helt klart i sig.

FAST DET har aldrig betytt att de inte är musikintresserade, betonar han. David Bowie är hela familjens husgud. Det syns. Inramade porträtt hänger i samtliga rum och matchas av kuddar med Bowie-motiv. Det är också Carina och sönerna som matar honom med spellistor med nya artister.

– En hel del ny musik är riktigt bra. För att inte tala om alla svenska kvinnliga artister som har dykt upp, de är helt suveräna.

Uno är lite av en ensamvarg. Det är nästan en nödvändighet med så många hotellnätter om året som spelandet och turnerandet kräver. Men han är också en familjeman som hänger hemma i köket, åker och storhandlar och drar på sig arbetsbyxorna för att fixa alla tusen saker som ständigt behöver åtgärdas i ett över hundra år gammalt hus. Allt det där

"En hel del ny musik är riktigt bra. För att inte tala om alla svenska kvinnliga artister som har dykt upp, de är helt suveräna."

vardagliga och viktiga, det som är livet.

De bor bara några kilometer från havet. När barnen var små funderade de på att skaffa båt, men eftersom Uno så ofta var på resande fot under sommaren fick det bli en pool i trädgården i stället.

MEN NU sätter sig Uno vid ratten för att köra ner och visa hur vackert det är bland skärgårdskobbarna.

– Jag har varit nära att bli utmattad ett par gånger, men har lärt mig när kroppen säger ifrån. Numera försöker jag vara noga med att göra sådant som jag mår bra av. Prioritera och säga nej, även om det är svårt.

Du har varit en omtyckt musiker i många år. Är prestationskraven ändå desamma?



Numera försöker han bara göra sådant som han mår bra av, och att våga säga nej.

● Uno Svenningsson

Ålder: 58 år.

Familj: Hustrun Carina som är förskollärare och sönerna Mark och Joel.

Bor: Hus i Stenungsund.

Gör: Artist och låtskrivare.

Aktuell: Med nya plattan *Andras sånger* och slutspurt av sin sommarturné.

– Jag är 58 år och det charmiga med att bli äldre är att du hittar din plats på något sätt, och ett lugn i det. Men även för mig finns det ändå ett motstånd, en typ av oro för det jag har framför mig att prestera. Det kan stressa mig.

Så hur stor skillnad är det på artisten Uno och Uno – under ytan?

– När man har det här jobbet blir det mycket navelskåderi, så mycket kretsar runt en själv. Därför tror jag att det är bra att försöka skilja mig själv och artisten Uno åt. Också för att värna min integritet. Men egentligen är det nog inte så stor skillnad.

Han tittar ut över viken nedanför klipp- hällen, favoritbadplatsen där vattnet håller sig varmt långt in på hösten.

– Som sagt, jag är en bonnapojk med fötterna på jorden. Jag är den jag är. *

På vandring

En dusch för själen

När hjulen snurrar allt fortare och kroppen börjar säga ifrån är det dags att trycka på bromsen. Att pilgrimsvandra kan vara ett sätt att lära sig finna långsamheten och sin egen inneboende rytm.

TEXT OCH FOTO: MATS KARLSSON

I DALEN LÄTTAR dimman över fälten.

Nere bland vinfälten gal en tupp, i öster hörs göken. Uppe på kullen med pilgrimskyrkan, som dominerar trakten med sin mäktiga gestalt, råder ännu lugnet. Intill kanten av den slingrande bygatan tvättar sig en katt. Pilgrimerna samlas för mässa inför dagens vandring.

Vezelay ligger i Bourgognes glesbygd med minskande turism; ett antal krogar och butiker tycks ha slagit igen för gott. Ett lugn vilar över byn, på gott och ont. Men ändå, ett lugn.

Stillheten är långsamhetens system.

Jag tar en tidig morgonpromenad. Det är som en dusch, säger härbärgets värdinna:

– Det är en dusch för själen.

Långsamhet är en av pilgrimens sju nyckelord, som pilgrimsprästen Hans-Erik Lindström lanserar i boken *Pilgrimsliv* – tillsammans med enkelhet, bekymmerslöshet, frihet, tystnad, delande och andlighet.

ALLT FLER människor pilgrimsvandrar, på kontinenten och i Sverige – trots att vi inte har någon kontinuerlig tradition här. En följd av att allt fler lever ett stressat och inrutat liv.

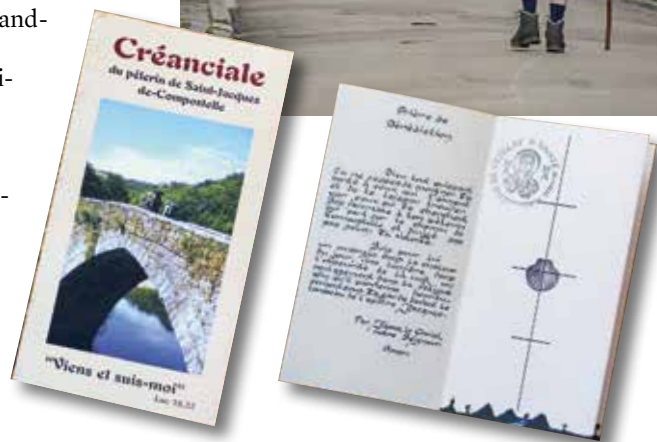
I Sverige är mindfulness, meditation och yoga väl etablerat, och nu har vårdcentraler börjat skriva ut skogsutflykter för sönderstressade. De kunde lika gärna ordinera hantverk eller långvandring. Oavsett aktivitet bör den inte vara tillfällig, utan upprepas om och om igen.

– Om du har ägnat år åt att skaffa dig dåliga vanor och skada din kropp ska du inte tro att det går över med ett par veckors vandring, säger Jacques.

HAN ÄR inte läkare. Han är pilgrim, har vandrat från Frankrike till Santiago de Compostela i nordvästra Spanien där Jesus lärjunge Jakob säg vara begravd. Tre gånger har han gått "El camino" (Vägen), olika sträckningar.

– Långsamt är inte så sakta som möjligt. Det är det tempo du hittar, där du inte pressar din kropp. Din egen inneboende rytm.

Pilgrim betyder inte ursprungligen



Längs Jakobsleden har pilgrimer vandrat i över tusen år. Ett pilgrimspass öppnar dörren till härbärgen längs vägen, nu som då.

främling, som det brukar sägas. Det härstammar från latin för den som kommer "över fälten" – *per agra*.

Vem är du? Jag är ingen.

Var kommer du ifrån? Jag kom över fälten.

Vart är du på väg? Dit vägen leder mig.

I BOURGOGNE är landskapet ett annat än i Sverige. Här odlas inte bara säd, utan även vin på böljande gröna kullar. Maskrosorna är större. Möjligen skiljer också hettan, i väg-

dammet stelnar fler uttorkade daggmaskar, och i möten hör vi medvandrades främmande ord.

Men vid vägrenen surrar samma humlor, här växer hundkåx och slån, samma backtimjan, tusenskönor och måra. Då och då korsas vägen av ungefär samma fjärilar i fladdrig planlös flykt. Jag känner samma fläkt av fläder, kreatur och fuktig skogsstig. Doften av björnbärssnår och nyss kapat virke, pryddligt travat invid vägen. Jag hör vindens sus i håret, jag hör syrsorna, ibland en porlande bäck och fåglars drill.

Men jag möter också det oundvikliga landskap som en vandrare och pilgrim ständigt bär med sig, det inre. Kanske manas det fram av det hypnotiskt monotona knastret av ens egna steg i gruset. Fast det behöver man inte fara till Frankrike för att möta.

Nej, hit kan man bege sig för trampa samma stenar som pilgrimer gjort i sekler. Samma väg, samma vyer, samma tempo – kroppens eget. Samma möten med andra vandrare i samma virrvarr av stigar och förgrenande leder som ibland för vilse.

Fast de löper ändå samman, om inte förr så i Santiago de Compostela 150 mil bort. Att gå vilse och vända om en halvmil är ingen fara, man ska ju ändå gå.

FÖRSTA DAGEN varvar man ner, hittar sin andning och rytm, den andra börjar man förundras över det föränderliga landskapet. Den tredje smyger sig tankarna på, den inre vandringen. Sakta men säkert skalas sedan allt bort, man slutar utforska det yttre. Inte för att man blir blasé, utan för att det blir oundvikligt.

Det enda som återstår till sist är att sätta en fot framför den andra, skriver den franske filosofen Frédéric Gros i boken *Marcher, une philosophie* (Att vandra, en filosofi):

"Kroppens monotona plikt frigör tanken. När man går, är man inte tvungen att tänka, att tänka på det ena eller andra, eller på det ena eller andra sättet. Under detta kroppens kontinuerliga men automatiska arbete ställs det inre till vårt förfogande. Det är då som tankar kan födas, komma till ytan eller ta form".

DAGSTURER ELLER några dagars vandring är en bra början, som kan etablera en vana. Du kan hitta din långsamhet och närvaro, men för att komma ner på djupet och nå verklig förändring måste du gå två eller tre månader, säger Jacques.

– Alla som går El Camino bär på en fråga om sitt liv.

Det kan vara personliga frågor som "Varför lämnade han mig?", "Varför mår jag dåligt?" eller "Vem är jag?". Men även mer indirekt: "Finns Gud?", "Varför måste en ung männ-



Tror du att du inte har tid för en pilgrimsvandring? Mycket handlar om prioriteringar, och vi slösar bort vår tid på sådant som inte betyder något.

iska dö” eller ”Vad är livets mening?”

Man möter andra pilgrimer, som alla bär med sig en fråga, oavsett om de har en tro, söker en tro eller inte gör det. Ett samtal längs El Camino blir sällan banalt, det går direkt på djupet.

I ETT RATIONELLT och sekulariserat land som vårt är nyckelorden ”modernt, effektivt och resurssnålt” - ganska långt från pilgrimens sju nycklar. Men många har i fall börjat inse vårt behov av långsamhet och Svenska kyrkan har återuppväckt traditionen.

I Norden finns bara en pilgrimsled att tala om, Olavsleden som från olika håll löper samman mot Trondheim där den norska kungen Olav Tryggvason stupade i slaget vid Stiklastad år 1030. Utöver den finns bland andra Birgittaleden i Östergötland och Ingegerdsleden i Uppland. Men på senare år har kortare leder dragits mellan kyrkor i var och varannan församling.

Det finns ett tiotal pilgrimscentra runt landet och det i Vadstena är rikstäckande. Där kan man få råd inför vandringar, men centret ordnar även egna vandringar, kurser och retreats.

– Många tror att de inte har tid, men det handlar mycket om prioriteringar. Vi kastar ibland bort tiden på sådant som inte betyder så mycket, säger pilgrimsprästen Tomas Wettermark vid centret.

– Det viktiga är inte målet, utan att vara här och nu. Vi behöver bryta mönster och möta andra sätt att tänka och se. Poängen med en

”Det är inte långsamhet som är nyckeln, utan närvaron. Ödesfrågan handlar om att lyssna eller inte lyssna.”

pilgrimsfärd är att upptäcka att det vi söker finns inom oss. Ibland måste vi ge oss iväg för att se det. Kroppens rörelse, nya intryck och alla möten – min väg är också andras väg – sätter igång processer inom oss.

TEOLOGEN, PRÄSTEN och psykoterapeuten Owe Wikström som 2001 gjorde succé med boken ”Långsamhetens lov” anser att vi aktivt måste träna upp vår förmåga att göra ingenting.

– Vi har alla behov av att balansera det utåtriktade och det inåtvända, att tänka de starka tankarna som är existentiellt nödvändiga. Om man bara kastar sig iväg mot nya mål och aktiviteter missar man något viktigt, säger han.

Det som går förlorat i höghastighetskulturen är vår förmåga att reflektera över nuet och glädjas i nuet, anser han. Man kan leva ett helt liv utan att veta vem man egentligen är.

– Det finns för få arenor där vi kan prata på allvar om att livet är skört och provisoriskt. Man ger järnet tills man slocknar.

Författaren och debattören Ladislaus Horatius – som 1993 drog i nödbromsen på X2000 mot den skenande utvecklingen och numera driver projektet Re-analog – framhåller att det inte är långsamheten i sig som är viktig.

Han beklagar att ordet blivit så negativt laddat, ingen berömmar någon för att hen är så långsam. Det anses bra att vara snabb, få mycket gjort och fylla dygnet med aktiviteter. Men varför ska det vara så, undrar han.

– Det tråkiga, inte Google, är en vän, som vi indoktrinerats tro är en fiende. Inte minst av industrin som säljer livsstilen med internet, telekom och mobiler. Digitalisterna säger att det tråkiga är farligt. Men det är precis tvärtom! Det tråkiga kan träna tålmod och vara en utomordentlig barnmorska och förlösare.

ATT VANDRA ger oss sinnliga upplevelser, som är helt analoga. Och sådana bör vi återupptäcka, anser Ladislaus Horatius. Det handlar inte om att vrida klockan bakåt till något gammalt utan om en mindre återfödelse. Efter att ha simmat omkring ”i den virtuella telekomsörjan”, kan vi vara redo att återupptäcka spänningen i en vanlig skogs promenad utan mobil och plattor.

– Det är inte långsamhet som är nyckeln, utan närvaron, även om det är lättare att vara närvarande om man saktar ned. Ödesfrågan handlar om att lyssna eller inte lyssna. Att lyssna på livet, som inkluderar dig och mig, på relationen mellan oss och på situationen, som är varken dig eller mig, säger han. *

www.duvan.se www.duvan.se www.duvan.se

**HANDLA
HOS**



**VI HAR MER
ÄN DU TROR!**

www.duvan.se
0911-16100 info@duvan.se

www.duvan.se www.duvan.se www.duvan.se

Resor med FOCUS TRAVEL

Israel med tid för fördjupning 20-27 nov 2018

Israel i lugnt tempo 9-16 april 2019

Jokkmokks marknad och Ishotellet Jukkasjärvi
6-11 febr. 2019

Holland i tulpanernas blomningstid 10-15 april 2019

Pilgrimsvandring Camino de Santiago 4-12 maj 2019



FOCUS TRAVEL

JÖNKÖPING • TEL. 036-30 26 50, TELEFONTID MÅN-FRE 10-18
INFO@FOCUSTRAVEL.SE • WWW.FOCUSTRAVEL.SE

www.maf.se

**Med en jeepdunk
flygbränsle kan
MAF:s hjälpflyg
vara i luften
i 20 minuter!**

150:-

MAF
Flying for Life

**Swisha
din gåva på
9008913**
eller ge via bankgiro:
900-8913
märk: amos

**90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL**

swish



Prat om tro

lika viktigt som rätt medicin

Om vi inte tar de stora frågorna på allvar, kommer den psykiska ohälsan bara öka. Det tror biskopen Fredrik Modeus, och får medhåll av flera forskare. För folkhälsa handlar om mer än bara kroppen – men då måste vi våga prata om både själen och tron, avsett religion. Speciellt viktigt när det handlar om att de allra äldsta ska må bra.

"TROR DU att det kommer att gå vägen, det här?" Den gamla kvinnan har fått tid för en mindre operation. I närheten är en undersköterska, en snäll, glad undersköterska som bara vill att den gamla ska må bättre. "Ja, men självklart, du har väl klarat allt fint hittills?" Och den gamla frågar inte mer.

– Det kan vara ganska trevande när patienter söker ett samtal om existentiella frågor. Vårdpersonalen behöver kunna uppfatta det, och ha utrymme att stanna och lyssna till de äldres oro och ängslan. Man bör bekräfta den och be dem berätta om hur de tänker, säger Catharina Norberg. Hon har nyligen skrivit en avhandling om andlighet och religiositet

hos de allra äldsta.

Fredrik Modéus, biskop i Växjö, delar Catharina Norbergs perspektiv. Han strider för att folkhälsopolitiken ska omfatta även de existentiella dimensionerna av hälsa. Han ser den brist som idag finns som en existentiell beröringsskräck, en effekt av djupgående sekularisering:

– Jag tror att den psykiska ohälsan ökar när man inte tar de stora frågorna på allvar.

Om nu människan är andlig i grunden, behöver också samhället ta det på stort allvar. Frågan om vad som gynnar folkhälsan är en fråga för hela samhället, inte bara för de religiösa samfunden.



Men Fredrik Modéus är rädd att de positiva sidorna av vad religion kan ge, glöms bort eller göms undan.

– Jag ser att vi håller på att tappa bort en viktig definition av vad god hälsa är, och jag tror att det hänger ihop med den religionsfobi som finns utbredd i vårt samhälle i dag. Det första antagandet för många är att religionen inte finns, och finns den så är den farlig konstaterar han.

När regeringen kom med ett nytt förslag till folkhälsopolitik i våras förekom inte ordet "existentiell" någonstans på de 130 sidorna. Alldeles för lite, tyckte biskopen.

Hans kritik får stöd av flera forskare, som

alla kommer fram till nästan samma sak: Det är lätt att man inom vården gör religiösa frågor till psykiska. Eller att man inte hör vad människor egentligen frågar efter.

Det är en tondövhets som Fredrik Modéus ser även i samhället i stort, och han tror att religiösa samfund skulle kunna hjälpa till att vända trenden med ökande psykisk ohälsa. Han vill dock inte ha någon gräddfil för Svenska kyrkan. Han önskar snarare att den religiösa dimensionen och de andliga frågorna fick mer plats i samhället, oavsett vilken religion det handlar om.

– Den som värnar existentiell hälsa ur ett helt sekulärt perspektiv skulle säga att människor behöver få ställa existentiella frågor. Ur mitt perspektiv hör förstås existentiella frågor och trons svar ihop. Jag företräder kyrkan och ser vilken resurs kyrkan är för att hantera livets frågor.

Samtal, retreat, pilgrimsvandringar och möten med någon som lyssnar är viktiga sätt att möta den som lider av psykisk ohälsa eller är mitt i en kris. Mycket görs redan, bland annat i sjukhuskyrkan, men Fredrik Modéus ser att behovet är stort.

Catharina Norberg instämmer. Mot bakgrund av sin egen forskning anser hon att det är viktigt att kyrkorna är representerade på ett tydligare sätt.

– Jag tänkte mycket på det när jag gjorde intervjuerna för min avhandling. Det skulle vara oerhört betydelsefullt om det fanns ett tydligare samarbete med kyrkorna i äldreomsorgen. De kan bidra med samtal och stöd till de gamla och handleda personalen att hantera livsberättelser och existentiella frågor.

HON INTERVJUADE äldre mellan 86 och 99 år, ur den breda befolkningen – hon vände sig alltså inte till församlingar för att hitta medverkande till studien. I sin forskning använde hon en internationellt erkänd skala för självtranscendens – att söka något utanför sig själv. Och kort uttryckt har andlighet ett samband med mening i livet. Dessutom är den är ett stöd för att hantera de förändringar som hör ihop med åldrandet. Andlighet bidrar helt enkelt till ökat välbefinnande hos äldre.

Nu vill Catharina Norberg hjälpa vårdpersonal se hur de äldre kan uttrycka sitt behov av andlig omsorg. I sina intervjuer såg hon hur det andliga, som hon satt en mycket bred definition på, ofta fick religiösa uttryck hos de äldre.

– När jag frågade vad de tänkte på när de funderade över andliga saker, svarade de oftast att det var religiositet. De uttryckte

"Enligt socialstyrelsen har vårdare ansvar för fysisk, psykisk, social och andlig hälsa. Ändå får kroppen all uppmärksamhet, och samtalen handlar bara om den fysiska hälsan."



Catharina Norberg tror att kyrkorna har mycket att ge i äldreomsorgen.

en känsla av samhörighet med "något större" som också hörde ihop med en djup samhörighet med andra människor. Även med främlingar, med någon man stöter ihop med på gatan.

De äldre berättade om en ständigt pågående kommunikation med Gud eller med detta "större", och hur kommunikationen stärkts under åldrandet. Den andliga dimensionen och tron på Gud hade alltid funnits där, men det blev starkare när de blev äldre.

MÅNGA HADE hållit tankarna för sig själva under nästan hela livet.

– Det fanns ett stort behov av att få dela de här tankarna, och många var tacksamma att de fick möjlighet nu. Enförutsättning för att prata var att man kände sig respekterad, att man upplevde att det fanns en person med genuint intresse som verkligen ville lyssna, berättar Catharina Norberg. Den personen blev hon, med sina intervjufrågor.

I sin forskning har hon gått igenom vetenskapliga studier som visar att det finns en medvetenhet inom vården om hur viktig andlig omsorg är. Men det är svårt att hinna med den. Snabbhet och effektivitet prioriteras istället, och ofta saknas också utbildning och handledning.

– Enligt socialstyrelsen har vårdare ansvar för fysisk, psykisk, social och andlig hälsa. Ändå får kroppen all uppmärksamhet – samtalen handlar bara om den fysiska hälsan: "Har du fått gå på toa? Hur har det gått att äta? Har du sovit?"

Hon ger exempel på andra möjliga frågor: "Vad tänker du på? Vad ger dig kraft? Hur orkar du med? Vad drömde du om i natt?"

– De frågorna är lika viktiga att ställa som det är att sätta dropp, konstaterar Catharina Norberg.

MARIKA SIVERTSSON

Sensommarläsning från Artos & Norma

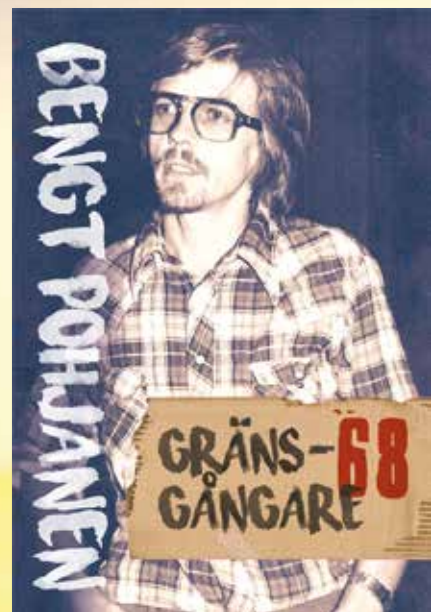


Liselotte J Andersson Inte långt borta – från någon enda av oss

365 korta texter för varje dag under året om livets viktigaste upptäckt: Gud är inte långt borta – från någon enda av oss. Inbunden, 436 sidor. Erbjudande 264:-

Bengt Pohjanen Grängångare -68

Språkets livskraft och den dråpliga och egensinniga humorn gör läsningen av denna bok om 68-tiden lustfylld. Inbunden, 259 sidor. Erbjudande 225:-



Bo Brander

Jesus, min Herre och min Gud – Undervisning i kristen tro

Jesus, min Herre och min Gud är en undervisning om den kristna tron sådan som den formats och funnits genom historien och så som den kommer till uttryck i dagens värld. Författaren Bo Brander är en mycket uppskattad förkunnare. Han skriver utifrån sin stora lärdom på ett enkelt och personligt sätt med värme och humor. Danskt band, 242 sidor.

Erbjudande 225:-

Beställ tillhörande studieplan (gratis). Sammanställd av ÅB em Gunnar Weman. Vid beställning av fler ex: Kontakta oss för rabatter!

ARTOS & NORMA

www.artos.se | info@artos.se | 076 779 35 03



Frihetens pris

Att kunna välja vem som ska styra landet ter sig som en självklarhet för de allra flesta svenskar. Många av de som i dag har flytt hit undan förtryck kan vittna om helt andra förhållanden i sina hemländer.

NÄR KOMMUNISMEN till sist föll i Sovjet och östblocket upplöstes blev Kirgizistan och många andra stater självständiga. Framtiden blev ändå inte som Tatiana Isaeva och hennes man Maksad Isaev hade hoppats på. De tvingades fly och i januari 2010 kom de till Boden där de stannade i åtta månader. Sedan flyttade de till Råneå, där de fortfarande bor i avvaktan på besked om permanent uppehållstillstånd. De minns förhoppningarna och framtidstron som spirade inom dem när det stod klart att det kommunistiska förtrycket skulle upphöra i hemlandet.

– Vi var glada och hoppfulla. Vi trodde på en ny och bättre tillvaro. Vi trodde på ett bättre liv, säger Tatiana Isaeva.

Dessvärre blev det inte så. De beskriver i dag sitt hemland Kirgizistan som helt korrupt. Inget av det de trodde eller drömde om efter Sovjets fall har blivit verklighet. Maksad Isaev är journalist men istället för att skriva själv specialiserade han sig på research. Han arbetade tillsammans med redan välkända journalister som hade en stor läsekrets. Han blev de grävande journalisternas förlängda arm kan man säga. Han arbetade på fältet och visade sig ha en

förmåga att både hitta nyheter samt att finna information som sedan underbyggde större journalistiska arbeten.

– Jag gjorde det jag tyckte om. Det jag var bra på. Det var inga konstigheter, säger han.

Han skulle komma att hitta känslig information som kopplade ledande politiker till en verksamhet som ingen politiker vill bli förknippad med. Informationen var så känslig och satte honom i en sådan sits att han till sist fick fly hemlandet tillsammans med sin hustru.

De flesta människor i Sverige är i dag inte särskilt intresserade av politik. Man tors nog påstå att väldigt många ser på demokratin som en självklarhet. Så självklar att man kanske inte ens går till vallokalen för att lägga sin röst. Kirgizistan är visserligen det enda landet i Centralasien där valresultaten aldrig är klara på förhand. Samtidigt används en rad tveksamma metoder i ett land som till stor del styrs av korrupta statsanställda och skrupelfria affärsmän. Inför valen i Kirgizistan är det enligt Tatiana Isaeva inte ovanligt att människor söks upp i hemmen.

– Bland annat går man till gamla människor och frågar om de behöver hjälp. Och om de vill ha hjälp får de skriva under med sitt samtycke att lägga en röst på just den politiker, säger hon.

Enligt Maksad Isaev är det inte heller ovanligt att

människor erbjuds pengar för att lägga sin röst på en speciell politiker. På samma sätt används också pengar när man söker tjänster i arbetslivet.

– Vill du ha ett chefsjobb så får du betala chefen som är ovanför dig. Det är ett korrumperat system, säger han.

– Vill du arbeta som polis eller pilot så räcker det inte med att söka en tjänst. Först måste du betala för att ha en chans, inflikar Tatiana.

De beskriver ett pyramidliknande spel där pengarna hela tiden vandrar uppåt. Det här genomsyrar det mesta i deras gamla hemland.

– Vill du ha ett arbete inom till exempel rättsväsendet, kanske i en domstol. Då räcker det inte med en utbildning och bra betyg. Du måste betala. Det är jättedyrt. För de kan sedan i sin tur plocka ut bra med pengar när de har kommit till den positionen, säger hon.

Vad händer med människor som vill åstadkomma förändringar i systemet?

– Om det kommer människor som tänker fritt som mig och Maks så kan de till exempel skickas i fängelse. Går det inte så långt så manövreras de bort på annat sätt. Eller som hos oss. Att säkerhetspolisen kom hem och frågade om vi ville ha problem. De sa vill ni ha problem så blir det problem.

Hot?

– Ja. Och det är inte skoj. De har makt. Om de vill döda så gör de det. Det är inte så svårt i Kirgizistan. De som har makt skyddar varandra. Du kanske skickas till psykiatrisk klinik. Ditt är det lätt att komma men mycket svårt att komma därifrån. Där kan du få injektioner så till sist fungerar inte din hjärna.

Vad är uppfattningen om den svenska demokratin?

– Det finns bra system i Sverige. Förut när Sovjet upplöstes så trodde vi att vi kunde bygga upp nya bra system. Att vi skulle bli ett fritt och bra land. Därför jobbade också Maks som journalist för vi trodde att om vi beskriver verkligheten så börjar också folk att tänka och då blir vi ett fritt land.

Så blev det inte?

– Nej. Vi trodde på det. Istället fick vi kaos, korruption och annat. I Sverige röstar många, men samtidigt upplever jag också att många människor här i dag inte tror att det spelar någon roll hur de röstar.

En viss uppgivenhet?

– Ja. De har tappat tron. Men om svenska folket blir passivt så kan det bli samma sak som i vårt hemland.

Passivt?

– Man måste välja. Göra sin röst hörd. Vad jag vill ha. Visa engagemang. Inte bara vara tyst och tänka att det inte spelar någon roll.

TEXT OCH FOTO: JOAKIM NORDLUND
JOAKIM@PRESSPRO.SE

"Vill du ha ett chefsjobb så får du betala chefen som är ovanför dig. Det är ett korrumperat system."

Åsa är ny biskop i Luleå stift

När Åsa Nyström var 12 år togs hon i anspråk och gavs möjligheten att kliva in i en ansvarstagande roll som ledare i söndagsskolan. 45 år senare valdes hon till Luleå stifts biskop.

FRÅGAN OM att bli ledare för söndagsskolan i Vasakyrkan hemma i Umeå är en historia som Åsa Nyström med värme återkommer till.

– Småningom förstod jag hur konstigt det var, jag var ju så blyg och hade ingen erfarenhet av barn. I efterhand tänker jag att frågan kom för att de såg att jag behövde det, inte för att söndagsskolan behövde det. Kyrkan är en plats där man får växa.

I november 2017 valdes Åsa Nyström till

Luleå stifts nya biskop, den nionde i ordningen. På flera sätt blev valet historiskt. Till exempel är hon den första kvinnan att bli biskop i Luleå stift. Och av biskopsvalets fem kandidater hade hon ensam över 50 procent av rösterna redan i den första valomgången.

– Det kändes omvälvande och stort! Det var också så många som så direkt visade sin glädje och förväntan på att jag skulle komma, säger Åsa Nyström.

UNDER SITT yrkesliv har Åsa Nyström fått erfarenheter från flera olika delar av Svenska kyrkan. Hon har bland annat varit verksam i församling som både som präst, pedagog och musiker. Men framför allt har Åsa Nyström arbetat med prästutbildning och med chefs-

och ledarskapsutveckling i Svenska kyrkan.

– Kyrkan behöver präster och ledare som med sina personer och sin kompetens visar på evangeliet i både ord och handling. Och även sättet vi organiserar oss berättar om vår tro. Jag vill att så många som möjligt, i mötet med kyrkan, ska kunna få uppleva att Gud älskar dem.

På utfrågningen inför biskopsvalet kom en av frågorna från Svenska Kyrkans Unga i Luleå stift, om barns och ungas plats i kyrkan. Med sin erfarenhet som söndagsskolledare säger hon:

– Vi behöver leva nära våra barn och unga, de behöver en plats i kyrkan. Vi har så mycket att lära av dem. Jag vill vara en biskop som blir inbjuden till samtal av unga – för jag

Efter 16 år väntar ett oskrivet blad

I trapphuset på stiftskansliet i Luleå hänger biskopsporträtten på rad. Stora, imponerande målningar och fotografier av allvarliga män i ämbetsdräkt. Längst ner i trappen, lite vid sidan av, hänger en inramad barnteckning, föreställande en glad biskop med lyfta armar och en kräkla i handen. På en lapp står det: *Till Biskop Hans från Emanuel.*

HANS STIGLUND vigdes den 2 juni 2002 till Luleå stifts åttonde biskop. Nu kommer Hans säkerligen att bli ordentligt avfotograferad och få en likvärdig plats bland de övriga biskoparna i trapphuset så småningom. Men den lilla barnteckningen är ändå talande för den prestigelöshet som präglat hans ämbets-tid. Han hade inga fina titlar, hade aldrig doktorerat eller innehaft några högt uppsatta

tjänster i den kyrkliga hierarkin. Det var vanligheten som gjorde tullarsonen från Haparanda ovanlig bland biskopar.

Det finns en berättelse i Hans Stiglund författardebüt *Gränslandet* från 2012 som säger något avgörande om hans teologiska grundhållning. Det var i samband med en biskopsvisitation i en inlandsförsamling som han höll en gudstjänst på ett äldreboende. Hans blev starkt berörd när han såg de två kvinnorna i personalen och deras sätt att förhålla sig till de gamla.

– Jag blev så tagen av att se deras osjälviska tjänande, deras värme, deras medmänskliga närvaro, hur de mötte gamlingarna, inte som gamlingar utan som människor.

Efter andakten dröjde han sig kvar medan kvinnorna såg till att alla kom tillbaka till sina rum. Det blev ett samtal om deras arbete och



livet i en inlandskommun. Innan de skildes åt bad Hans att få välsigna dem. Kvinnorna blev lite generade och undrade varför?

– Vet ni att när jag ser er här så ser jag att, här är Guds rike synligt, sa jag till dem. Där kärleken och medmänskligheten blir synlig, där är också Gud närvarande.

DE TVÅ kvinnorna blev rörda och började prata om att de nog tänkte att de borde gå i kyrkan ibland.

– Men kyrkan är ju här nu, svarade jag. Idag har ni varit Guds medarbetare här på hemmet. Därför vill jag välsigna er och er kallelse att tjäna andra.

Han har med en däres envishet under hela sin ämbets-tid förmedlat budskapet om att det mänskliga livet är en del av det heliga. Det är ingen slump att hans valspråk har varit "Gud med oss".



● Åsa Nyström

Ålder: 57 år

Familj: Man och tillsammans åtta vuxna barn med familjer.

Intressen: Sång, träning, odla, läsa.

Facebooksida: @biskopasa

Åsas boktips för hösten: *Simma med de drunknade* av Lars Mytting – för den storartade berättelsen.

Hjärnstark av Anders Hansen – för att förstå kroppens samspel.

Bibeln – för att hålla samtalet med Gud levande.

I höst kommer jag att ... förutom arbeta som biskop, lära känna Luleå som stad, söka fina skogsstigar att ströva på och umgås med barn och barnbarn.

behöver lära mig hur det är att leva som ung i dag. Vi behöver bygga kyrka tillsammans.

När höstterminen drar igång är det Åsa Nyströms första som biskop. Planen är att så fort som möjligt komma ut i stiftet.

– Vi arbetar på att få till en dag i varje kontrakt*, ett första samråd med församlingar och pastorat. Därtill kommer en mängd olika samråd och möten för samhällets bästa och för Kristi kyrka i stort, säger Åsa Nyström.

**Ett kontrakt består av flera församlingar som ligger geografiskt nära. I varje kontrakt finns en kontraktsprost.*

TEXT OCH FOTO: EMMA BERKMAN

– Du behöver inte skämmas över att vara människa. Det är just det som är hemligheten med kristen tro. Där möts det heliga och det mänskliga som olika dimensioner i samma liv. Gud är här och delar livet med oss, delar det som skaver, det som gör ont, det som är roligt, allt får plats i tron.

ENLIGT TRADITIONEN ska varje ny biskop skriva ett herdebrev. Vanligtvis brukar det bli en liten teologisk skrift riktad till stiftets präster och diakoner. Hans Stiglund valde istället att skriva ett personligt brev till alla boende i Luleå stift. Lördagen den 18 februari 2006 damp ett rött kuvert ner i brevlådan hos över 180 000 hushåll i Norr och Västerbotten. Det var början på den kvantitativt största kommunikationsinsatsen i stiftets historia. Kuvertet var märkt ”Ett brev till dig från din biskop” och brevet inuti började:

”Kära medmänniska, en gång trodde jag att livet skulle gå ihop. Att jag skulle förstå hur allting hängde samman. Naturligtvis hade jag fel. Livet är större än så. Det är det jag vill skriva till dig om, det liv som du och jag lever nu. Om vår vardag.”

Resten av brevet andades närvaro, öppen-

het och hopp och avslutades med en uppmaning att skriva svar till biskopens avslutande undran: Vad är din innersta längtan?

Drygt 700 brevsvvar strömmade in till stiftskansliet och biskopen lade ner oändliga timmar på att besvara alla.

– Det var otroligt intressant och det har nog påverkat mig mer än jag förstår. Fortfarande idag så kommer det fram människor och säger: tack för ditt svar.

LULEÅ STIFT har sedan länge ett starkt internationellt arbete med många kontakter världen över.

– För mig har de varit en fantastisk upplevelse att få möta den världsvida kyrkan som biskop.

Ett samarbete som ligger honom varmt om hjärtat är det mellan kyrkorna i Barents-området.

Förutom de nordligaste stiftet i Sverige, Norge, Finland och Ryssland deltar också den ingermanländska lutherska kyrkan i Ryssland och den Finska ortodoxa kyrkan i samarbete.

Samarbetsrådet för kristna kyrkor i Barentsregionen, SKKB, där Hans Stiglund

suttit ordförande, är unikt i Europa och i världen. Det är det enda etablerade samarbetet mellan lutherska kyrkor och den ryska ortodoxa kyrkan.

– Det är intressant att vi lyckats hålla det här lutherskortodoxa fönstret öppet trots alla andra teologiska spänningar i världen. Det här är ett viktigt fredsprojekt.

DEN 26 MAJ 2018 lade Hans Stiglund ner staven, som det heter i kyrkliga sammanhang, under en gudstjänst i Luleå domkyrka. Efter 16 år på biskopsstolen väntar ett oskrivet blad.

– Nu går jag bara ut i ett vitt fält och det känns bara spännande.

Förutom det uppenbara, mer tid för barn och barnbarn, läsa och vara ut i skog och mark, kanske det oskrivna bladet även rymmer ett fortsatt författarskap så småningom.

– Lite lockad är jag att fortsätta att reflektera kring frågor som boken Gränslandet öppnar för. Vilka gränser är det som styr oss i tro och liv? Och vad händer när vi gör nyupptäckter? Det fanns ett sug efter den sorts reflektioner som boken erbjuder.

TEXT: ULF BOSTRÖM

I denna serie reflekterar Maare Tamm kring skapelsen. Serien består av 5 delar.

I förra numret av Kyrkfönstret avhandlades del 2: "Förutsättningar för liv". I denna del -

Del 3: "Växtriket" - analyseras människans förhållande till grönska, träd och blommor.

Del 3:

Växtriket

Och Herren Gud planterade en trädgård österut, i Eden, och satte där människan som han hade format. (1Mos 2:8)

Bibeln menar att människan har sitt ursprung i en trädgård, och det är också där som våra förfäder för första gången mötte sin Gud. Men syndafallet ändrade allt detta. Människan fördrevs från sitt lyckliga och bekymmersfria tillstånd och tvingades slita för brödfödan i sitt anletes svett. Efter fallet fick hon inträda i en värld av ondska, ångest och smärta. Marken bar törne och tistel och människan skulle slita för bröd i sitt anletes svett. Endast från växterna på marken fick hon äta.

Men drömmen om paradiset har ingalunda dött. Ända från denna tid finns i vårt kollektiva omedvetna en övertygelse om att vi skulle kunna leva bekymmersfria, friska liv utan konflikter om vi bara kunde återskapa livet i den förlorade Edens trädgård.

Under livets allra äldsta historia, för cirka 3,8 miljarder år sedan, uppstod de första växterna, algerna. Ur algerna utvecklades sedan mer komplexa växter och för cirka 470 miljoner år sedan började ormbunkar uppstå. Utvecklingen från ormbunkar till träd tog ytterligare 90 miljoner år. Vid slutet av denna period var jorden beklädd av blommor. Tack vare blommorna kunde växligheten sprida sig allt effektivare och snabbare. Men fortfarande fanns inget gräs på jorden. Vi tänker ofta att gräset är förutsättningen för blommande ängar. Men så är det inte. Blommor kom först och därefter utvecklades gräs som började täcka stora områden av jordens yta.

En något annorlunda beskrivning finns i Första Mosebokens första kapitel: Må jorden få gräs att spira upp, fröbärande växter, fruktträd som enligt sina arter ger frukt som har frö i sig – på jorden. Och det blev så.

SKOGEN

Skogar täcker idag nästan trettio procent av jordens landyta och utgör några av de allra rikaste livsmiljöerna. De erbjuder ett överflöd av platser för växter att gro och utvecklas på. De ger även näring och skydd åt en mång-

fald av djur. Hur skogar ser ut varierar mellan jordens olika regioner. Här uppe i norr har vi den mörka, nordliga skogen, i huvudsak vintergröna barrträd. Barrträden kan överleva på de kallaste och mest otillgängliga platserna. Längre ner i Sverige och i Europa finns den frodiga bladfallande blandlövsskogen. I tropikerna har vi den täta regnskogen.

För den forntida människan var skogen skrämmande. Den representerade vildhet och fara. Det är sannolikt att den forntida människan föredrog öppen mark framför den täta, ogallrade skogen eftersom hon där kunde se vad som nalkades och i tid akta sig för faror. I sin motvilja till den vilda skogen, hemsökt av vilddjur, satte människorna igång att röja träd för att göra skogen mer beboelig. De orörda skogarna betraktades således som hinder för människans framåtskridande. Än idag kan skogen skrämja. I den mörka skogen finns många ljud och märkliga varelser.

SAMTIDIGT KAN vi konstatera att för oss i Norden har skogen och träden traditionellt sett betraktats som heliga. Vår folkmusik och våra sagor prisar skogarna och de lummiga lundarna, och det var i heliga lundar som våra förfäder visade sin vördnad för de osynliga gudarna. Seden att bära med sig en del av vinterskogen, dvs. granen, in i hemmen är ett bruk som fortfarande finns hos oss. Julhögtiden har bevarats genom årtusenden och utgör vår allra starkaste andliga upplevelse på året. Varje jul brukar vi ta in julgranen och anser den vara en viktig glädjefull symbol.

Det bibliska Israel har aldrig varit särskilt rikt på skog, men ändå fanns där trädbevuxna bergskedjor. I bergen växte ek, gran, cypress och tall. Popplar, pilar och tamarisker bildade täta snår längs Jordans stränder. Av enskilda träd kan vi nämna akacian, som är ett ökentråd, och som användes under Gamla testamentets tid för att bygga förbundsarken. Ceder nämns på flera ställen i Bibeln. I Hesekiel (31:3) kan vi läsa: ... en ceder på Libanon med vackra grenar, skuggrik krona och hög stam som sträckte sin topp upp bland molnen. Trädet har varit Libanons nationalsymbol i flera tusen år och landets flagga

avbildar en ceder. Cedrarna användes till kung Davids palats och till Salomos tempel. Olivträd omtalas tidigt i Bibeln. Första Mosebok berättar om syndafloden, där Noa sänder ut en duva till den översvämmande jorden. Duvan återvänder med ett olivblad i näbben. I Nya testamentet befann sig Jesus natten innan korsfästelsen i Getsemane, en trädgård full av knotiga olivträd.

GRÄS OCH BLOMMOR

Gräset har vid sidan om skogen präglat de senaste årmiljonernas klimathistoria. Gräsarter har under årmiljoner blivit allt fler, de har anpassat sig till alla slags miljöer, till stäpper och savanner, ängar och flodstränder. Ungefär en fjärdedel av jordens yta är täckt av gräs, något som är intressant med tanke på att gräs är ett av de yngsta växtsläkten på jorden.

På gräsklädda marker strövar alla slags betande djur. Gräset är slitstarkt, det tål att djur betar och att folk trampar på dess strån utan att det skadas. Gräs tål också perioder av torka eftersom deras rotsystem kan lagra stora mängder vatten och energi. Människan älskar lummiga ängar, gräsytor som växlar med skuggiga träd och lövdungar. I psalm 289 sjunger vi: Guds kärlek är som stranden och som gräset, är vind och vidd och ett oändligt hem. I våra drömmar ser vi det perfekta landskapet, det gudomligt sköna urhemmet med blommande gräsmarker, flodstränder och lövskog.

BLOMMOR GJORDE sitt inträde i världen för flera hundra miljoner år sedan. De växte vilt och förökade sig allt efter klimatiska förhållanden. De fanns också under Bibelns tid, då ett myller av vilda blommor smyckade bergsluttringarna i Galiléen om våren, och gör det även idag. Jesus använde sig av blommor i symbolisk bemärkelse när han undervisade sina lärjungar om tillit och trygghet. I Lukasevangeliets tolfte kapitel säger han: Se på ängens liljor, hur de växer. De arbetar inte och spinner inte. Men jag säger er: inte ens Salomo i all sin prakt var klädd som en av dem. Man tror att Jesus med "ängens blommor" avsåg de gula krysantemum som fyllde



*I en trädgård kan
vi komma bort från
vardagens konstlade liv.
I trädgården lindras vår
allstädes närvarande oro
för mångahanda ting och
vi kan lära oss att lita
till naturens själv-
läkande förmåga.*

ängarna under denna tid.

När människan började odla blommor vet man inte. Men man känner till att blomsterodling var vanlig under medeltiden. Det kan vi se i blommors förekomst i broderier, illuminerade manuskript och andra typer av konstnärliga utsmyckningar från denna tid. Blommorna uppskattades för deras skönhets skull. Man tog in blommor i husen och satte i krus. Våldoftande växter ströddes över golven och man hade även doftbuketter i sovrummen. Doftande blompåsar uppfanns inte enbart för nöjes skull utan även till skydd mot allvarliga faror - insekter, smittor, demoner och häxor. Små påsar av krossad ros, lavendel, jasmín, kaprifol, nejlika och viol användes till och med mot pest.

Blommorna har oftast haft en praktisk nytta. Redan i forntiden hämtade människan läkemedel ur växtriket. I årtusenden kom örter och blommor att spela en dominerande roll i kampen mot sjukdomar. Allt i naturen som tedde sig ovanligt eller främmande genom sin färg, lukt eller form tillskrevs märklig läkekraft och användes som läkemedel. Den dåtida människan hade en överraskande grundlig kunskap om blommors och örter medicinska egenskaper och användningsområden. Många av dessa växter används ännu i våra dagar bl.a. i alternativ medicin. Under tidig medeltid hade odlingen av medicinska växter sin huvudsakliga hemvist i klostren. I många kloster fanns särskilda byggnader där de sjuka vårdades och där man undervisade om olika medicinalväxter och deras nytta. Växterna odlades i klostrens trädgårdar. Där fanns ett stort antal medicinalväxter som än idag används, som

t.ex. johannesört, mynta, angelika och rosmarin. Munkarna gav ibland medicinalväxterna heliga namn som Marias blommor, Kristi lans, Jungfru Marias sänghalm m.m.

TRÄDGÅRDSODLING

Drömmen om Edens trädgård har lett till att människan har börjat anlägga trädgårdar. I över nio tusen år har trädgården utgjort en högt skattad del av människans kultur. Arkeologer har med koldatering kunnat visa att man började odla trädgårdar i Jordaniens dalgång redan flera tusen år före Kristus. Dessa tidiga trädgårdar byggdes i första hand som andliga tillflyktsorter - platser som gav skönhet, fysisk vila och själslig ro. Jerusalems välbärgade invånare höll sig också med trädgårdar på Olivbergets sluttningar. Det var till en av dem som Jesus tog sina lärjungar när han behövde komma bort från vimlet och finna stillhet och ro.

I dag har vi samma behov av stillhet och ro som under tidigare tider. I en trädgård kan vi komma bort från vardagens konstlade liv. I trädgården lindras vår allstädes närvarande oro för mångahanda ting och vi kan lära oss att lita till naturens självläkande förmåga. De flesta människor har ett sinne för andlighet, ett medvetande om något som finns bortom gränserna för deras uppenbara tillvaro. Så varje gång vi går in i en trädgård har vi möjlighet att uppleva något av den djupa respekt som den tyska religionshistorikern Rudolph Otto beskriver som mysterium tremendum, eller "vördnadsbjudande mysterium". Den-

na upplevelse har självläkande krafter och den kan också påminna oss om drömmen av den ursprungliga mysteriösa trädgården i tidernas begynnelse.

På Stora Hammars kyrkogård i Höllvikens församling finns idag en biblisk trädgård. Alla växter i denna trädgård har biblisk förankring. Antingen är de omnämnade i Bibeln, har fått bibliska namn eller varit nyttoväxter med anknytning till kristen tro och tradition. Trädgården är indelad i tre delar, vilket leder tankarna till treenigheten: Fadern, Sonen och den heliga Ande. Med Bibeln i handen kan den besökande leta upp bibeltexter som nämner växten.

Jorden och allt vad därpå är, är vår naturliga miljö. Den som lever i nära kontakt med jorden, skogen, växterna och blommorna blir mer medveten om det eviga kretsloppet av liv, död, förintelse och återfödelse. Vi ser bladens knoppar som visar sig på senvintern eller tidig vår. Vi följer löven som slår ut, skiftar färg och faller av om hösten. I växtriket lär vi oss att livet inte har en början och inte ett slut, utan är en pågående process. Vetenskapen talar om skapelsen som det ögonblick när allt blev till, men en grundsats i den kristna läran är att skapelsen är ett ständigt kretslopp, en evig process. I skapelsen kan vi vara tillsammans som i en helgedom oavsett hur vi är eller vad vi tror. Solen, vinden och regnet, skogen, gräset och blommorna, allt är vårt gemensamma arv.

TEXT: MAARE TAMM
MAARE.TAMM@TELIA.COM

FOTO: SVANTE ÖBERG



I Gunnarsbyn har det införskaffats små redskap för barnen så att de kan hjälpa till vid blomplantering och vattning.

Barnanpassad kyrkogård

KYRKOGRÅDEN ÄR ingen lekplats, men kan ändå bli en lustfylld plats för barnen att följa med till. På kyrkogården i Gunnarsbyn finns det även trädgårdsredskap för barnen så att de kan hjälpa till att plantera och vattna.

Att plantera, påta i jorden och vattna blommor brukar de flesta barn tycka är roligt. Så även på kyrkogården. På Gunnarsbyns kyrkogård finns därför ett antal små redskap snyggt uppradade och väntar på de barn som besöker kyrkogården.

– Tanken är helt enkelt att göra kyrkogården lite roligare att besöka för

barnen, säger Svante Öberg, kyrkogårdsansvarig i Gunnarsbyn.

Gunnarsbyns kyrkogård har köpt in en del små skottkärror, vattenkannor och redskap som passar i storlek till barnen. Barnhörnan skapades redan 2013 och har varit uppskattad.

– När barnen får vara med och hjälpa till när till exempel föräldrarna gör i ordning en gravplantering, så kanske det blir enklare för föräldrarna också. Och framför allt roligare, konstaterar Svante.

Så låt barnen vara med och hjälpa till, så blir kyrkogårdsbesöket en fin upplevelse tillsammans!

Gravskötsel

FÖR DE allmänna ytorna på kyrkogården ansvarar Kyrkogårdsförvaltningen. Gravarna sköts av gravrättsinnehavarna. Inom Bodens pastorat finns det möjlighet att anlita kyrkogårdspersonalen för servicetjänster på de privata gravarna.

Sedan Svenska kyrkan skildes från staten särskiljs denna typ av tjänster från begravningsverksamheten. Taxorna har under det gångna året setts över för att vara enhetliga på pastoratets alla kyrkogårdar. För dig som bor långt bort eller känner att det skulle underlätta att någon hjälper till med skötsel av gravar går följande tjänster att köpa:

- Vattning
- Plantering (olika planteringskombinationer finns att välja på)
- Ogrärensning
- Riktning av gravsten
- Insåning av blomlåda

Som exempel kan nämnas vattningen, som utförs tre gånger i veckan (om det inte ösregnar) från Mors dag fram till september. Kostnaden blir drygt 20 kronor per vattningstillfälle under blomningssäsongen.

För aktuella taxor och erbjudanden, kontakta våra församlingsexpeditörer: Boden: 0921-77 500, Gunnarsbyn: 0924-527 70

Harads: 0928-108 50. Eller gå in på www.svenskakyrkan.se/boden/gravskotsel där det även finns ett gravskötselavtal att ladda ner.

Om ni anser att något inte fungerar som det ska kring gravskötseln ber vi er kontakta oss på en gång.



FOTO: ANNA BERGSTRÖM

TYVÄRR HÄNDER det ibland att saker försvinner från privata gravar. Även kyrkans egendom, som ljusbärare, har ibland utsatts för skadegörelse. Det är mycket beklagligt.

Från Kyrkogårdsförvaltningens sida hjälper vi gärna till och är uppmärksamma om vi skulle se något misstänkt på våra kyrkogårdar. Om blommor som är planterade av kyrkan blir stulna, kontakta kyrkogårdspersonalen så försöker vi lösa det tillsammans. Vissa gånger har det visat sig att rådjur är boven när plantor har ryckts upp eller förstörts.

Om det däremot försvinner saker som

lyktor, vaser, krukor eller prydnadssaker är det gravrättsinnehavaren som måste göra en anmälan.

Eftersom vi inte har kyrkogårdarna bevakade dygnet runt, och inte heller kan se allt som sker där dagtid, uppmanar vi alla att tänka på att inte lämna alltför värdefulla eller stöldbegärliga utsmyckningar där. För några år sedan hade vi ett flertal stöldar där drabbade gravrättsinnehavare upptäckte att sakerna såldes på nätet. Personen som utfört stölderna kunde gripas och dömas.

TEXT: ANNA BERGSTRÖM
NORDSKRIBENTEN@GMAIL.COM

De tre först öppnade rätta lösningarna vinner en presentcheck till en kyrklunch. Vinnarna får besked per post, och sina namn publicerade i nästa nummer av Kyrkfönstret.

Adress.....

Vi gratulerar vinnarna i det senaste korsordet: Sigbritt Eriksson på Havrevägen, Gunnel Holmqvist på Margaretagatan och Holger Hansson-Palo på Åkargränd.

Musikens betydelse i med- och motgång

STÅPÄLS! JA, tänk om håren på armarna alltid skulle resa sig så snart det kom välljudande musik i ens öron? Så är det ju inte riktigt, men känslan när det fenomenet infinner sig är faktiskt resultatet av när jag hör musik som för mig personligen är väldigt bra. Vare sig det är jag själv som musicerar eller om jag lyssnar på musik på till exempel stereon hemma, så är det en härlig känsla!

Det kan vara vissa harmoniväxlingar i en stor koral-fantasi av Max Reger på orgel, väldigt avskalad musik på piano, eller en vacker körklang i ett kyrkorum med lång akustik som skapar detta. Men att beskriva exakt vad som gör det hela är inte helt enkelt. Ibland när jag övar på ett nytt stycke för orgel eller piano så kan

jag få just rysningar. Det tråkiga är att efter jag spelat stycket några gånger så avtar den där härliga känslan oftast. Kanske spelar sinnesstämningen för stunden en stor roll?

OM DET någon gång varit en tung period i livet så betyder musiken otroligt mycket för mig. Det är främst då som jag får lust att

komponera, och då helst vid ett piano. Om det är så att skrivandet av musik har börjat, så fortsätter jag helst tills det är klart. Det kan bli komponerande in på småtimmarna ibland, men då handlar det mest om kortare stycken på några minuters speltid.

Ett musikstyckes längd kan variera otroligt, det finns egentligen inga gränser. Korta sånger

och melodier som jag lärt mig som barn figurerar fortfarande, när jag nu som vuxen jobbar som kyrkomusiker och lär ut sånger i barnkör. Nåväl, helt vuxen blir jag nog aldrig, barnsinnet bör inte gå förlorat. Musiken är något man bär med sig från att man är litet barn tills man på ålderns höst hamnat på äldreboendet. De melodier man lärde sig som barn kanske man just då i äldre ålder vill få uppleva igen medan tid finns.

MUSIKSMAKEN ÄNDRAS säkert så smått under livet annars. Det finns en sådan otrolig mängd musik, det gäller att välja den typ av musik som ligger en närmast om hjärtat, men samtidigt vara öppen för att utveckla sin syn på andra sorters musikstilar. Det kan ju vara så att den musik som man kommer att tycka är den absolut bästa fortfarande är oupp-täckt, så var nyfiken!

”Nåväl, helt vuxen blir jag nog aldrig, barnsinnet bör inte gå förlorat. Musiken är något man bär med sig från att man är litet barn tills man på ålderns höst hamnat på äldreboendet.”

ANDREAS PRINTZ

ANDREAS.PRINTZ@SVENSKAKYRKAN.SE